

Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

O IMPACTO DA EMIGRAÇÃO NA RELAÇÃO CONJUGAL:
Estudo exploratório com casais portugueses imigrados em França.

Gabriela M. B. Cunha

Outubro, 2014

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado de
Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da
Educação da Universidade do Porto, orientada pela
Professora Doutora Cidália Duarte (F.P.C.E.U.P.).

Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

O IMPACTO DA EMIGRAÇÃO NA RELAÇÃO CONJUGAL:

Estudo exploratório com casais portugueses imigrados em França.

Gabriela M. B. Cunha

Outubro, 2014

Gabriela Mónica Benrezes Cunha
Presidente: Doutor Rui Alves
Arguente: Doutora Paula Mena Matos
Orientadora: Doutora Cidália Duarte
Classificação: 15 valores

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado de
Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da
Educação da Universidade do Porto, orientada pela
Professora Doutora Cidália Duarte (F.P.C.E.U.P.).

Not all those who wander are lost.

- J. R. Tolkien -

AGRADECIMENTOS

Estive neste lugar não só com um olhar analítico ou exploratório mas, pela minha própria vivência enquanto emigrante, com um olhar cúmplice, empático e sensível e, neste lugar onde cada gesto de ajuda tem um valor especial, há um lugar especial para aqueles que mesmo com pequenos gestos contribuíram para a realização deste projecto, assim o meu maior agradecimento:

À prof. Doutora *Cidália Duarte*,

Pela confiança, dedicação e por me ter apoiado neste desafio.

Aos *Participantes*,

Pela amabilidade e coragem de partilharem as suas experiencias, por vezes, difíceis de recordar.

À *Família*,

Que são o pilar de todas estas minhas aventuras. Que são o refúgio e fonte de alegria quando a incerteza é uma constante.

Aos *Amigos*,

Que mesmo longe continuam lá e que, com poucas palavras conseguem chegar perto.

Aos meus *Colegas de trabalho*,

Pela amabilidade que demonstraram sempre para me ajudar a contornar obstáculos e, no entusiasmo que me transmitiam para os ultrapassar.

RESUMO

Numa época em constante transformação, é pertinente pensar acerca das mudanças que afectam os indivíduos e suas famílias, qual o impacto que uma transição como a emigração tem nos indivíduos e suas relações conjugais e, como os casais se adaptam às mudanças. Dada a ausência de investigação neste domínio da emigração, este trabalho tem como principal objectivo compreender a vivência conjugal ao longo desta transição, através da análise das mudanças com maior impacto na relação conjugal, explorando o impacto das mudanças ao nível da intimidade e conflito conjugais e, quais os principais apoios que estes casais encontraram. Através de uma abordagem metodológica qualitativa, com base num guião de entrevista semiestruturado, entrevistaram-se 11 casais casados ou em união de facto há pelo menos dois anos e, com um tempo de imigração entre 2 e 10 anos. Os principais resultados sugerem que a despoletar esta transição de emigração estão factores resultantes do contexto socioeconómico no qual estes casais estão inseridos, assim como, factores familiares e conjugais. Ao longo desta transição, mudanças como a estabilidade financeira alcançada, a necessidade de resolver problemas em conjunto e, ainda a reduzida rede social, parecem ter um impacto benéfico na conjugalidade, nomeadamente ao nível da intimidade e conflitos. Verificou-se que estes factores resultam numa maior partilha de tempo, actividades e apoio entre os cônjuges e, em alterações ao nível da comunicação conjugal. Concluiu-se ainda que estas mudanças relacionais, percebidas enquanto intimidade, correspondem às expectativas iniciais e, são valorizadas como fundamentais para o bem-estar dos indivíduos e na manutenção da relação ao longo desta transição. Os resultados revelam ainda que esta transição, sobretudo numa fase inicial implica um aumento de conflitos, ainda que posteriormente se registre uma diminuição. Os principais motivos apontados por estes casais são a fase inicial de adaptação, sendo que posteriormente as relações extra-familiares e as diferentes formas de aculturação assumem maior relevo. As estratégias utilizadas passam, sobretudo, pela comunicação aberta e construtiva, cedência e espírito de sacrifício. Verificando-se, ainda, uma escassez de recursos sociais, limitando-se às relações familiares pelo apoio instrumental disponibilizado, surgindo, posteriormente, outras relações comunitárias e sociais. No final, são refletidas as limitações do estudo e as implicações para a intervenção psicológica e são ainda avançadas pistas para investigação futura. **Palavras-chave:** Conjugalidade, acontecimentos/transições de vida, migração, intimidade, conflitos.

ABSTRACT

In a period of constant transformations, it is relevant to think about how changes affect individuals and their families, how a transition as emigration impacts individuals and their relationships, and how couples adapt to changes. Since there is an absence of data in this domain, the main objective of this study is to understand couples transition, exploring major emigration changes with impact in marital relations, how they affect couples, intimacy and conflicts, and what social support was available. Through a qualitative methodological approach, based on a semi-structured interview, eleven couples were interviewed separately, each with, at least, two years of relationship and, two years living as immigrants. Main findings suggest social-economic, family and conjugal factors as major contributions to begin this transition. Financial stability, the need to solve problems together and loss of social networks were major changes, considered, as affecting conjugality, with benefits for marital intimacy and conflicts. These factors contribute to increase time and activities together, mutual support and, communication alterations. Results also shows that these relation changes, experienced as intimacy, matched initial expectations, and are considered fundamentals for personal well-being and relationship adaptation during this transition. The results show the initial period as a time of adjustments, noticing, in some couples conflict increase, even though after was decrease. Initial adaptations were major conflict sources and, extra-family relationships emerged with time. Resolution conflicts strategies were mostly constructive communication, acceptance and sacrifice. Analyzing couples social support after emigration, limited networks perceptions were salient, instrumental support offered by family members and, with time, community and social networks increase. In addition, study limitations and impact in the clinics' practice were remarked, as well as the findings for a future investigation

Key-words: Conjugality, life events/transitions; migration, intimacy, conflicts

RÉSUMÉ

Dans une époque en constante évolution, il est pertinent de s'intéresser aux transformations qui affectent les individus et leurs familles, à savoir quel est l'impact qu'un évènement comme l'émigration a sur les individus et leurs relations conjugales et comment le couple s'adapte-t-il à ces changements. En vue d'un manque de recherche dans le domaine de l'émigration, ce travail a pour principal objectif de comprendre l'expérience matrimoniale tout au long de cet évènement, à travers l'analyse de ses changements, particulièrement au niveau de la relation conjugal, mesurant leurs impacts au niveau de l'intimité et des conflits conjugaux et quelles principales aides ces couples ont-ils trouvés. A travers une approche méthodologique qualitative, sur la base d'un modèle d'entretien semi-structurée, ont été interrogés 11 couples mariés ou vivant ensemble depuis au moins deux ans, avec un temps d'immigration de 2 à 10 ans. Les principaux résultats suggèrent que le déclenchement de cette transition d'émigration est un facteur résultant du contexte socio-économique dans lequel ces couples sont insérés, de même que les facteurs familiaux et conjugaux. Durant cette transition, les changements comme la stabilité financière réalisée, la nécessité de résoudre des problèmes conjointement et la réduction du réseau social, paraissent avoir un impact bénéfique dans la vie conjugale, notamment au niveau de l'intimité et des conflits. Il a été constaté que ces facteurs résultent, en majorité, à plus de partage de temps, d'activités et de soutien entre les conjoints, et un changement au niveau de la communication conjugale. Il a été conclu que ces changements relationnels, perçus dans l'intimité, correspondent aux attentes initiales, et sont valorisées comme fondamentales pour le bien-être des individus et pour le maintien de la relation au cours de cette transition. Les résultats révèlent à nouveau que cette transition, surtout dans sa phase initiale, implique une augmentation des conflits, bien que postérieurement, on puisse voir une diminution. Les principales raisons invoquées pour ces couples sont la phase initiale d'adaptation, et par la suite, des relations extra-familiales et les différentes formes d'acculturation assument une plus grande importance. Les stratégies utilisées passent surtout par une communication ouverte et constructive, cession et l'esprit de sacrifice. S'est également vérifié, une carence de ressources sociales, se limitant aux relations familiales par le soutien instrumentale fourni, émergeant par la suite, d'autres relations communautaires et sociales. Finalement, nous réfléchissons sur les limites de l'étude et ses implications pour la pratique psychologique et nous avançons des pistes pour une recherche ultérieure.

Mots-clefs: Conjugualité, évènements/transitions de vie, migration, intimité, conflits.

ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	1
I. ENQUADRAMENTO TEÓRICO	
1.1. Conjugalidade.....	3
1.1.1 Intimidade conjugal.....	4
1.1.2 Conjugalidade e conflito	8
1.2.3 Gestão de conflito conjugal.....	9
1.2. Transições no percurso de vida	11
1.2.1 O impacto da migração na relação conjugal.....	13
II. METODOLOGIA	
2.1. Objectivos e questões de investigação.....	16
2.2. Método.....	17
2.2.1 Participantes.....	17
2.2.2 Procedimentos de recolha de informação: Entrevista.....	18
2.2.3 Procedimento de tratamento de informação.....	19
III. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	
3.1. Fase Pré-migratória	21
3.2. Fase Pós-migratória.....	27
CONCLUSÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	38
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	43
ANEXOS.....	51

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1. Tabela de caracterização dos participantes.....	52
ANEXO 2. Guião de entrevista	53

ÍNDICE DE QUADROS

QUADRO 1. Sistema de categorias, subcategorias e componentes.....	20
--	----

INTRODUÇÃO

A migração é uma força modeladora da sociedade actual, que envolve e afecta directa e indirectamente a saúde e bem-estar de indivíduos e famílias por todo o mundo (APA, 2013). O processo de aculturação psicológica e seus efeitos têm sido foco de grande parte da investigação sobre migração em psicologia (Berry, 1997), no entanto, pouca atenção tem sido dada a outras mudanças e vivências migratórias, tais como, a perda da rede social, sentimentos de perda, mudanças profissionais e língua, adaptação à novidade e a outro estilo de vida, que parecem afectar os indivíduos emigrantes (Aroian et al., *in* Falconier et al., 2013) e, mesmo estas que podem variar conforme os contextos e populações específicas (Falconier, Nussbeck, Bodenmann, 2013).

Além disso, os vários estudos têm-se focado no impacto da migração na adaptação psicossocial da pessoa imigrante, ignorando os possíveis efeitos que a emigração possa ter nas relações conjugais e os processos através dos quais os casais se adaptam às novas circunstâncias (Guruge, Shipark, Hyman, Zanchetta, Gestaldo, Sidani, 2010). Alguns autores têm procurado suplantado esta limitação na literatura e analisar os caminhos através dos quais as mudanças pós-migratórias podem levar a efeitos positivos ou negativos nas relações familiares dos imigrantes (Guruge et al., 2010; Falconier et al., 2013), no entanto, também estes resultados devem ser considerados no contexto específico das populações analisadas.

Esta ausência de investigação revela-se uma grande limitação na literatura não só porque grande parte dos emigrantes empreende esta transição em família (Guruge et al., 2010) mas, também, porque o subsistema conjugal é o núcleo central da família (Alarcão, 2006). Sendo, a partir da estrutura da família, da complexidade desta e da importância de se compreender, não só os elementos de um sistema mas, mais importante, as suas inter-relações (Bertalanffy, 1986, cit. por Cox e Paley, 1997), que surgiu a questão de partida para este estudo: Compreender qual o impacto da emigração na relação conjugal.

No entanto, em contraste com esta ausência verificou-se a extensa investigação no que concerne a conjugalidade como fonte de bem-estar e felicidade para os indivíduos, sobretudo pela intimidade que proporciona (Laurenceau, Barret & Rovine, 2005). Constatando-se que apesar desta felicidade tão desejada e expectada, hoje em dia, é a intimidade desenvolvida ao longo do tempo e a capacidades em gerir as dificuldades e

conflitos que vão surgindo, que são apontadas como sendo os recursos essenciais na adaptação às diferentes fases e às circunstâncias que surgem na vida de um casal (Halford & Markman, 1997; Sandhya, 2009). Sendo, igualmente, pretensão neste trabalho aceder a estes ajustamentos, através das expectativas, percepções e, sobretudo pela história de vida partilhada destes casais que é, no fundo, o que lhes confere identidade no meio de todas as mudanças e adaptações inerentes à vida.

Assim, no primeiro capítulo, referente à introdução teórica, reflectir-se-á sobre o contexto actual da conjugalidade, no qual, a intimidade é dimensão estruturante das relações, explorando o papel do conflito na conjugalidade e a sua gestão, assim como, reflectindo, por ultimo, acerca das transições de vida que os casais podem estar sujeitos, sobretudo, focando a investigação realizada no domínio da emigração. O segundo capítulo foca-se nas opções metodológicas tomadas relativas à selecção dos participantes, ao modo como se acedeu e analisou as narrativas dos mesmos. Posteriormente, segue-se a apresentação e discussão dos resultados obtidos, e finalmente, a integração da informação e síntese das principais conclusões, onde se aborda as limitações deste estudo e são apontadas pistas para investigação futura e para a intervenção.

1.1. Conjugalidade

Ao longo das últimas décadas, tem-se vindo a verificar uma transformação na representação e na estruturação das relações conjugais. No actual contexto das sociedades ocidentais, nomeadamente, a importância que assumiu a felicidade e bem-estar individuais, assim como, a libertação dos interesses económicos e familiares que pesavam na formação das uniões, a procura de felicidade individual através de uma relação íntima é uma demanda que ocupa parte significativa da vida da maioria das pessoas (Wright, Simmons & Campbell, 2007) e a principal motivação é, o Amor (Giddens, 1995; Aboim, 2006).

Pelo que, as alterações que se tem vindo a verificar no significado que assumem as relações íntimas para as novas gerações, caracterizadas por marcados ideais românticos e elevadas expectativas, parecem ajudar a explicar a situação de vulnerabilidade que o casamento se encontra hoje em dia (Coontz, 2007), quando os indivíduos e a relação não dispõem dos recursos para fazer face aquilo que desejam e esperam da relação e dos parceiros (Bonds-Raacke et al., 2001). No entanto, apesar da elevada taxa de divórcios, a maioria das pessoas continua a querer casar (Halford, Kelly & Markman, 1997), pois as mudanças sociais reflectem-se, igualmente, na estruturação de novas formas conjugais, orientadas para o bem-estar emocional, a realização individual e, a paridade entre indivíduos (Aboim, 2006), sendo a conjugalidade, actualmente, um espaço privilegiado para a vivência de afectos, amizade e intimidade emocional e sexual (Kiecolt-Glaser & Newton, 2001).

Deste modo, face a um novo paradigma conjugal, o estudo da intimidade adquiriu um papel importante na compreensão do funcionamento conjugal (Popovic, 2005), verificando-se ser um elemento central não só para o bem-estar individual, como na qualidade e satisfação conjugal (Prager & Roberts, 2004; Reis, 2001; Sanderson, 2004, *in* Sandhya, 2009). Podemos dizer que intimidade se tornou uma característica fundamental das relações de proximidade, sendo considerada a essência da relação (Narciso & Ribeiro, 2009) e o alicerce do amor (Sternberg, 1998 *in* Costa, 2005).

1.1.1. Intimidade conjugal

A intimidade é apresentada na literatura como sendo um conceito complexo, difícil de definir e operacionalizar, pois referindo-se a uma experiência idiossincrática, assume diversos significados para diferentes indivíduos, diferentes relações e diferentes culturas (Hook, Gerstein, Detterich & Gridley, 2003).

Na extensa revisão bibliográfica realizada por Prager (1995) as experiências ou interações de intimidade, não necessariamente integradas numa relação, referem-se aos significados atribuídos a comportamentos e vivências de partilha de elementos privados e pessoais, ao longo do desenvolvimento do indivíduo. No entanto, é nas relações de intimidade, como as relações conjugais, pois pressupõem a troca de experiências íntimas continuadas no tempo e no espaço, que são valorizados os padrões relacionais de intimidade, em que o processo de partilha é tão ou mais importante do que é partilhado, conduzindo simultaneamente quer à mutualidade, quer à auto-diferenciação (Costa, 2005). Deste modo, a intimidade considerada como um processo multisistémico intra e interpessoal, pode ser definida como “uma capacidade individual e relacional que se desenvolve ao longo do ciclo de vida apresentando formas, significados e complexidades diversas em diferentes relações de amor” (Costa, 2005, p.71).

Para Laurenceau, Barret e Rovine, (2005), apesar de cada elemento da relação conjugal ter a sua própria experiência de conexão e proximidade, esta é resultado da dinâmica interpessoal, em que os comportamentos e sentimentos de um elemento do casal influenciam o outro e, assim a qualidade da relação. Sendo numa contínua revelação de sentimentos, histórias de vida, valores, esperanças e medos, acontecimentos e planos (Narciso & Ribeiro, 2009), e reciprocidade do outro face ao que é revelado, que o casal poderá desenvolver perspectivas e objectivos em conjunto, alcançar progressivamente a compreensão e o apoio mútuo, gerando reciprocidade de afecto e de confiança no outro e na relação. (Collins e Miller, 1994; Sprecher e Hendrick, 2004; Crespo et al., 2006).

Além disso, numa relação íntima amorosa, o compreender o outro e o deixar-se conhecer pelo outro, é bastante complexo e progressivo, pois está frequentemente associada à revelação de sentimentos intensos e profundos (Hook et al., 2003) que acabam por determinar algum risco e vulnerabilidade nesta exposição, de modo que a serem vividos de uma forma mais satisfatória e íntima, é necessário o apoio emocional do parceiro, isto é, o sentir-se compreendido, valorizado, sentir o cuidado e apoio do outro

(Laurenceau et al., 1998. Maisel e Gable, 2009; Sullivan, 2010), já que è esta reciprocidade positiva que conduz a uma maior confiança na relação de parte a parte e, irá propiciar uma maior expressão da vulnerabilidade e revelação ao parceiro (Heller & Wood, 1998). No seu estudo Cordova, Gee e Warren (2005) salientam a importância da empatia e em desenvolver a capacidade de identificação/reconhecimento de emoções para lidar com momentos comunicacionais emotivamente mais intensos. Assim como, Gottman (1999) tem demonstrado como o afecto positivo, a validação mútua e empatia relativamente à realidade do outro, mesmo em pequenos momentos do dia-a-dia do casal, influenciam a responsividade e proximidade emocional mútua (Gottman & Driver, 2004).

Tal como foi referido, é no seio de uma relação de **confiança** que os parceiros tendem a aprofundar as experiências de partilha e auto-revelação, a colocar-se numa posição de vulnerabilidade, como a que estar numa relação íntima envolve (Prager 1995), sendo nas relações onde os parceiros revelam ter mais confiança um pelo outro que tendem a optar por respostas mais construtivas, reveladoras de empatia e compreensão para com o outro (Campbell et al., 2010; Shallcross & Simpson, 2012).

Há medida que as pessoas partilham significados, sentimentos e experiências vão mutuamente construindo uma história de vida em comum, **desenvolvendo de uma realidade partilhada** (Narciso e Ribeiro, 2009). Para Gottman a “cultura” do casal esta constantemente a ser recriada, na medida em que, os seus valores, ideias e filosofias de vida manifestam-se não só pela forma de cada um pensar e crenças, mas na mais mundanas das actividades, nos rituais que partilham, na forma como assumem determinados papéis sociais, nos objectivos e prioridades que estabelecem, mesmo em questões mais existenciais e metafóricas, como o significados que atribuem a determinados valores e questões familiares, como o dinheiro, o lar, a confiança, o amor, etc. (Gottman, 1999). Sendo que, o grau em que os parceiros sentem que as suas aspirações e perspectivas de vida se vêm reflectidas na relação, o conhecimento mútuo e a consensualidade parecem ser factores importantes na proximidade emocional e na prevenção de reacções emocionais negativas durante os conflitos (Gottman, 1999), uma vez que permitem que os cônjuges interajam como iguais, que escolham objectivos de vida satisfatórios para ambos, facilitando igualmente a comunicação e validação entre ambos (Murray, Holmes, Griffin, 1996, Hanzal, & Domschke, 2009) e essenciais, portanto, para o ajustamento e satisfação conjugal (Accitelli et al., 2001).

Neste caminhar a dois nem sempre é evidente onde terminam e começam as liberdades e os espaços de cada um, sendo essencial que os indivíduos consigam

estabelecer limites claros e flexíveis na sua relação, pois o ajustamento conjugal é determinado por um certo equilíbrio entre a **pertença e a autonomia** dos cônjuges relativamente às diversas áreas da relação e da vida do casal (Costa, 2005, Rankin-Esquer et al. 1997). Segundo Costa (2006), a capacidade para a intimidade, para a partilha e mutualidade, para o investimento genuíno numa relação amorosa, também, exige alguma diferenciação e individualização em relação ao outro. Tal como, Schnarch (1991) salienta, quanto mais diferenciados forem os indivíduos, maior será a capacidade para no seio da relação conjugal implementarem a “promoção, valorização e respeito pelas diferenças individuais dos seus elementos, capacidade para lidar com os conflitos e torná-los fonte de desenvolvimento individual e relacional, de segurança e de investimento no self, no outro e na relação” (Crespo *et al.*, 2006, p.47). Apesar de que à medida que os elementos do casal se tornam mais íntimos, numa contínua e progressiva interdependência de recursos, perspectivas ou mesmo características pessoais sentem e vivenciam uma forte proximidade emocional (Aron *et al.*, 2004), é importante salientar que “a intimidade não é, nem o estar com o outro, nem o ser parte do outro, ou ser um com outro, aspectos que dizem respeito à proximidade, já que a intimidade tem associados processos de auto-revelação, afecto e validação” (Narciso & Ribeiro, 2009, p. 119).

É consensual que intimidade conjugal implica a presença de afecto, na medida, em que a partilha mútua de afectos e emoções de valência positiva, tal como o **amor**, sentimentos profundo de cuidado e compreensão mutua, sentimento de atracção e valorização mútua são responsáveis pela proximidade e criação de laços numa relação (Moss & Schwebel, 1993). Quando as pessoas sentem que são amadas, sentem que podem arriscar a ficar numa posição de maior vulnerabilidade, risco que é sentido por revelarem e partilhar aspectos do seu íntimo, assim como, sentem que quando são amadas, os outros estarão mais receptivos às suas ideias e sentimentos (Hook *et al.*, 2003). Deste modo, a intimidade é indissociável do amor, “catalisando-o e sendo por ele catalisada” (Narciso e Ribeiro, 2009, p. 89). Finalmente, também a sexualidade que diz respeito às atitudes e comportamentos de carga erótica (Narciso & Ribeiro, 2009), constitui um factor fundamental para as relações íntimas (Hinchliff e Gott, 2004). No entanto, como refere Crespo *et al.* (2006): “não é viável vivenciar uma sexualidade de modo pleno se a relação apresenta dificuldades ao nível dos outros componentes da intimidade, do mesmo modo, as dificuldades ao nível sexual poderão ser resolvidas, ignoradas e/ou perpetuadas no âmbito da auto-revelação/partilha, apoio emocional, confiança, etc.” (p. 49).

Apesar de haver um contexto socio-cultural preconizador de novos valores e formas de estar numa relação mais equitativas e igualitárias, promotores de intimidade conjugal, a vivência nem sempre é fácil e pacífica afectando a comunicação dos cônjuges, nomeadamente, no que diz respeito às diferentes formas de homens e mulheres vivenciam e expressam a intimidade (Garascia, 2009). **Homens e mulheres** desenvolvem diferentes valores, características de personalidade, estilos de comunicação e de resolução de problemas, papéis sociais, e expectativas relacionais reforçadas pelos diferentes contextos socio-culturais (Weinberger *et al.* 2008).

Vários autores salientam as diferenças na forma como homens e mulheres se expressam e vivem a intimidade (Hyde, 2007), designadamente, os homens que tendem a valorizar as componentes social e recreativo da relação, as esposas referem-se aos aspectos emocionais e intelectuais como prioridades (Garascia, 2009). Os estudos realizados apontam as mulheres como sendo mais conscientes dos aspectos íntimos da relação, nomeadamente, Hook *et al.* (2003) verificaram que as mulheres parecem demonstrar maior expressividade emocional e empatia que os homens, enquanto que eles tendem a ter fracos resultados na predição dos sentimentos e dos aspectos relativos à intimidade da sua relação, parecem expressar-se mais através de acções e a valorizar mais a autonomia e o saber “fazer”. Muitos dos estudos realizados indicam diferenças de género na percepção do apoio emocional na relação, sendo as mulheres a providenciar mais apoio em alturas de stress, quer espontaneamente, quer quando requerido, a valorizar as emoções do outro, mas também a sentirem-se menos apoiadas (Neff e Karney, 2005; KiecoltGlaser e Newton, 2001). Enquanto os homens tendem a focar-se mais nas percepções e sentimentos globais que têm pelas parceiras e pela relação (Carels e Baucom, 1999). Rankin-Esquer *et al.* (1997), verificaram que homens e mulheres são distintos no valor que atribuem à autonomia dos parceiros, sendo as mulheres as que mais valorizam a proximidade conjugal, a interdependência de tomada de decisões e resolução de problemas relacionais, e o investimento que os homens consagram à relação. No entanto, quando a necessidade de proximidade das mulheres é maior que a dos parceiros, os homens tendem a sair prejudicados a nível do seu grau de satisfação na relação (Feeney, 1999 in Narciso e Ribeiro, 2009).

No entanto, alguns autores defendem que estas diferenças resultam de construções sociais com funções específicas no contexto histórico-cultural, perpetuando este duplo padrão em que a mulher é designada como procurando a proximidade e a expressividade e o homem a autonomia e a acção (Costa, 2006). Uma vez que as mudanças socioculturais

actuais têm implicado mudanças importantes de estereótipos e papéis de género, estas têm vindo a reflectir-se em cada vez mais semelhanças entre homens e mulheres, principalmente em relações de grande intimidade (Canary *et al*, 1997 *in* Costa, 2006), pelo que alguns autores salientam que a maioria dos estudos empíricos não apontam para um resultado robusto das diferenças de género (e.g., Allen, Valde, Dindia e Canary, 2006 *in* Woodin, 2011).

Sobretudo, os casais vão encontrando um equilíbrio, pelo que, como refere Costa (2006) não se deve atribuir estabilidade e permanência ao que é mutável, pois quando existe diferenciação dos indivíduos, o importante é a identidade co-construída do casal e não a polarização do que é feminino e masculino. Neste sentido, as diferenças podem resultar como sendo benéficas para a relação e recursos do casal, sendo determinante a forma como o casal gere as diferenças que os caracterizam. (Garascia, 2009; Faulker *et al.*, 2005).

1.1.2. Conjugalidade e conflito

O desenvolvimento de uma relação íntima implica a construção de um contexto promotor de apoio e realização mútua, de vontade e interesse dos parceiros em ajudar o outro a explorar as suas ideias, perceções e planos (Howe, 2002). Porém, uma vez que as pessoas são diferentes, é esperado, que no decorrer das vivências relacionais, os parceiros desenvolvam e expressem divergentes necessidades e expectativas (Howe, 2002), que experienciem emoções negativas e sintam a necessidade de expressar os seus sentimentos de forma menos positiva e mais conflituosa (McNulty & Russell, 2010), sendo compreensível que as transições e os desafios inerentes à vivência da conjugalidade conduzam a situações conflituais (Duarte, 2011). Assim, apesar de culturalmente prevalecer a crença de que os casais felizes não discutem e que os conflitos são um mau sinal quanto ao funcionamento e estabilidade da relação, os conflitos são inevitáveis e naturais (Plessis, 2006)

Chapman (2007) salienta que, apesar dos conflitos serem inevitáveis, argumentar é uma escolha que os casais podem ou não fazer. Se os conflitos são um sinal das nossas idiossincrasias, o objectivo da sua resolução deve ser aprender a trabalhar em equipa e encontrar soluções para que as diferenças enriqueçam a relação e não entrar num jogo de poder em que um ganha e o outro perde, ou ambos perdem um argumento. A forma de construir harmonia numa relação, segundo este autor, passa por ouvir empaticamente,

compreender e respeitar as ideias de cada um dos cônjuges e, seguidamente, encontrar uma solução em que ambos ganhem. Assim, para que nos momentos de maior atrito os membros do casal consigam dialogar, respeitar e aceitar as diferenças, comprometer-se na resolução construtiva dos problemas que surgem, mais do que a uma comunicação clara, é uma profunda amizade que dá força à relação, ou seja, o respeito mútuo e a apreciação da companhia do outro; conhecimento íntimo mútuo (sobre os gostos, animosidades, idiossincrasias, esperanças e sonhos), uma constante preocupação e ternura quer no quotidiano quer em situações mais especiais, pois constituem maneiras de introduzir positividade nas relações, inclusivamente durante os conflitos (Driver & Gottman, 2004). Como se se tratasse de uma espécie de “conta bancária” de afetos que funcionam como amortecedores emocionais dos momentos de maior tensão (Gottman, 1994 *cit. in* Duarte, 2011). Neste sentido, o conflito surge como uma oportunidade de confronto de diversas perspectivas, de melhorar a comunicação, criatividade, aprendizagem, descoberta e/ou inovação (Duarte, 2011), promotor de desenvolvimento e autonomia e, conseqüentemente, de intimidade (Costa, 2005). Assim, podemos dizer que o conflito, em si mesmo, nem é necessariamente construtivo, nem é simplesmente destrutivo, pois o impacto dos conflitos sobre a relação advém da gestão que os membros do casal fazem dele (Gottman & Prata, 1999).

1.1.3 Gestão do conflito conjugal

A atenção dada ao conflito matrimonial, é compreensível quando avaliamos as suas implicações na saúde mental, física e familiar (Fincham, 2003). O conflito pode definir-se de várias formas, designadamente, como um processo interpessoal em que as acções de uma pessoa interferem com as acções de outrem (Johnson, 1990 *in* Greef e Bruyne, 2000), ou, como uma situação na qual são expressas divergências e incompatibilidades de necessidades e objectivos manifestos ou latentes (Donahue e Kolt, 1995, *in* Greef e Bruyne, 2000). Os temas mais frequentemente associados ao conflito conjugal podem ser diversos, tais como, as diferenças individuais, nomeadamente ao nível de traços de personalidade, a falta de companheirismo e proximidade emocional, as expectativas não correspondidas e crenças irracionais (Esere, 2003), stress em geral, situações que envolvam várias obrigações em simultâneo, problemas laborais e acontecimentos de vida stressantes a percepção de desigualdade laboral, as experiências extraconjugais, o consumo de álcool e

drogas (Fincham, 2003) e ainda as famílias de origem, as finanças, a comunicação, os filhos e os grupos de pares (Baucom & Epstein, 1993, *in* Duarte, 2005).

Sendo os conflitos intrínsecos e necessários à relação e, portanto, inevitáveis, é de extrema importância a capacidade do casal para lidar adequadamente com eles, uma vez que têm impacto nos níveis de satisfação relativamente à relação (Esere, 2003; Fincham, 2003; Tam & Lim, 2008). A resposta aos conflitos inclui uma série de reacções ao conflito interesses entre os elementos do casal, estratégias de resolução ou formas de lidar com os desacordos, geralmente abordadas na literatura como gestão de conflitos (Greef e Brune, 2000). As respostas aos conflitos podem incluir comportamentos que mantêm, escalam ou resolvem os conflitos, podendo resultar num aumento ou diminuição da proximidade emocional na relação (Idem).

As estratégias de resolução de conflitos utilizadas pelos casais são variadas, tendo sido conceptualizadas, frequentemente, como envolvendo processos positivos ou construtivos e processos negativos ou destrutivos de resolução de conflitos (Fincham & Beach, 1999).

De acordo com Veroff, Young e Coon (1997, *in* Fincham, 2009), a literatura tem vindo a abordar a gestão do conflito focando a manutenção construtiva do conflito, pelas estratégias como o compromisso, negociação e resolução de problemas que os casais utilizam e, caracterizada por uma comunicação aberta e colaborativa, flexibilidade, por ser focada na relação e na possibilidade de aprendizagem (Greef e Bruyne, 2000); pelo contrário, a manutenção negativa dos conflitos é caracterizada por ciclos de escalada ou padrões negativos dos quais os casais têm dificuldade em sair de forma adaptativa (Fincham 2003) e que envolvem hostilidade, manipulação, ameaças na expressão do conflito, assim como, inflexibilidade, dominância ou subordinação e comunicação crítica, sarcástica ou de menosprezo (Greef e Bruyne, 2000)

Fletcher (1999) relembra que as relações conjugais são pontuadas por problemas insolúveis com os quais os mesmos terão de aprender a conviver, em vez de entrarem numa luta inglória e obsessiva para a sua resolução, processo potencialmente destrutivo para as relações. De facto os conflitos tendem a ser estáveis, quando os casais falham nas tentativas de reconciliação, nomeadamente, entrando numa escala negativa de conflito e em ciclos viciosos (Fincham, 2003), como o designado Padrão Exigência-Retirada ou Ataque-Evitamento, que traduz as situações em que os comportamentos negativos de um dos membros do casal, com pedidos, exigências e queixas pressiona o outro e esse se retira com defensividade e passividade de modo a evitar os riscos da discussão (Idem)

Assim lidar com o conflito é em grande parte lidar com os conflitos interiores e com as próprias emoções que o outro desperta em nos, tal como, Fletcher e col. (1999) salientam, a capacidade de lidar com as suas emoções e cognições negativas e de as exprimir de forma positiva, diferencia os casais satisfeitos dos não satisfeitos, sendo que, ignorar o conflito ou responder positivamente em detrimento da manifestação de desacordo é uma boa forma de se adequar a ele. Na medida em que nas relações assim caracterizadas, os parceiros tendem a reforçar a mutualidade relacional e a tentar repor a qualidade da relação (Pasley et al. 2001). Também, Fincham (2003) vem alertar para o contexto relacional em que os conflitos ocorrem, nomeadamente, o contexto de apoio e suporte interno e externo à relação, pelo que, este autor considera o compromisso, o perdão e o sacrifício como sendo motivações individuais de forte poder influenciador dos processos diádicos (Fincham, 2009), assim como, o contexto social em que os casais se inserem, como, por exemplo, um contexto de dificuldades económicas, que podem pelo aumento de interações negativas entre os cônjuges ter um efeito indirecto no conflito.

Assim, cada vez mais a literatura tem-se focado em variáveis relacionais e o papel do contexto no qual o conflito ocorre. Se uma das funções do conflito pode ser a aprendizagem mútua e o reforço da mutualidade, é compreensível que o conflito possa ter resultados positivos para a relação (Fincham & Beach, 1999), nomeadamente, Overall et al (2009), e McNulty e Russel (2010) verificam que, no geral, as estratégias diretas, mesmo negativas, motivam mudanças no parceiro e contornam situações de comunicação ambígua que se revela ineficaz na resolução de problemas.

Deste modo, perante a diversidade de possíveis modos de reagir e gerir a conflitualidade conjugal, há evidências de que os indivíduos utilizam uma variedade de respostas face ao conflito não expressando sempre da mesma forma as divergências (Ridley, Wilhem & Surra, 2001).

1.2. Transições no percurso de vida

O rápido desenvolvimento tecnológico, industrial e social tem vindo a marcar o percurso de vida dos indivíduos criando novas oportunidades e exigências nas suas vidas, nomeadamente, a globalização, a generalização dos meios tecnológicos e de comunicação ou mesmo os eventos políticos e económicos com impacto internacional fazem parte dos

recentes desafios e mudanças que tem vindo a marcar o contexto social nos últimos anos (APA, 2013).

Assim se há uma característica que parece definir o mundo contemporâneo será a constante morfogénese, com as mudanças a acontecer cada vez mais rápido, no qual as continuidades parecem excepções (Donatti, 2011). Deste modo o conceito de transição apesar de antigo parece estar bastante actual, referindo-se, de forma geral, à “passagem ou mudança de um lugar ou estado, acto ou conjunto de circunstâncias para outro” (Dicionario de Ingles de Oxford, cit. Cowan e Hethrington, 1991), um processo de mudanças a vários níveis na vida dos indivíduos, resultando quer em mudanças relacionais, comportamentais ou rotinas, de percepções ou de papéis. (Anderson, Goodman e Schlossberg, 2012).

Uma das classificações mais comuns acerca dos acontecimentos de vida enquanto marcas que pontuam o desenvolvimento pessoal e relacional, é a divisão em transições normativas e não normativas. As transições normativas referem-se a acontecimentos esperados ou mesmo planeados, embora imprevisíveis no que se refere ao seu desfecho, que implicam a resolução de determinadas tarefas específicas, considerando-se as mudanças normativas, a escolarização, a entrada no mercado de trabalho, casar, ter filhos, reforma, etc., assim como, de um ponto de vista desenvolvimental, também as famílias estão sujeitas a etapas ou transições de vida, nomeadamente, a formação do casal, nascimento dos filhos, ninho vazio, etc. (Relvas (2005). As transições não normativas são aquelas mudanças que por norma não acontecem a maioria das pessoas, nem são previsíveis em função da idade ou geração, tais como, o divorcio ou recasamento, a emigração, as catástrofes naturais ou acidentes pessoais, doenças, mortes, entre muitos outros (Relvas 2005; Prince, Prince e McNury, 2010). Se as transições normativas, são geralmente despoletadas por iniciativa própria, reflectidas ou socialmente expectadas ou apoiadas, quando confrontadas com acontecimentos imprevisíveis, os indivíduos não dispõem nem do tempo, nem do contexto óptimo para tomar decisões reflectidas e, nem sempre dispõem dos recursos e capacidades ideais para passar a decorrente transição, sendo geralmente tempo de confusão e turbulência na vida dos indivíduos (Alarcão, 2002).

No actual contexto social, em geral, a transições não normativas parecem estar a aumentar, assim como, o que caracteriza as denominadas transições normativas está a mudar, na mesma proporção que se perdem os modelos tradicionais, pelo que o número de transições parece estar a aumentar (Donatti, 2010). Sendo comum, actualmente, que o mesmo individuo, esteja a passar por mais que uma transição num dado momento (Anderson *et al.*, 2012) e, que um acontecimento acabe por afectar diferentes áreas de vida

dos indivíduos e suas relações e, mesmo, que venha a despoletar outras transições e ajustamento de papéis (Gybers *et al.*, 1998).

Assim, os acontecimentos de vida podem ter um impacto diferente nos indivíduos, podendo variar em função da pessoa em causa, sua história pessoal, características e recursos, em função dos seus contextos e da interacção da pessoa com os seus contextos (Anderson *et al.*, 2012), provocando mudanças, *stress* ou mesmo crises nesses momentos de transição, as quais vão exigir reorganizações pessoais e relacionais (Relvas, 2000). Pelo que o rumo dessas reorganizações vai depender da interacção desses mesmos factores, tais como, das capacidades pessoais, recursos sociais e contextos de vida (Alarcão, 2002).

1.2.1. Migração e conjugalidade

Com o crescente movimento de migração a que se tem assistido nos últimos anos, a pesquisa sobre o impacto da imigração nos indivíduos, famílias e comunidades está suscitar o interesse de psicólogos investigadores e terapeutas, no entanto, apesar dos recentes estudos realizados muitos aspectos estão ainda por esclarecer ou aprofundar (APA, 2013). Poucos estudos foram realizados abordando as relações conjugais, os poucos que existem são com um número limitado de culturas e reportam na sua maioria a população imigrantes a residir nos Estados Unidos ou Canadá, onde os imigrantes são desde há muitos anos uma parte muito significativa da população. Para Guruge *et al.* (2010) a grande variedade de culturas envolvidas e as várias situações contextuais da população imigrante tornaram difícil o estudo dos processos psicológicos com resultados conclusivos, no entanto, a partir de uma revisão bibliográfica realizada por estes autores, parece existir algum fundamento na literatura ao longo dos últimos anos para deduzir que a circunstância da imigração e consequente processo de aculturação tem impacto nas relações conjugais dos casais imigrantes. Os autores referem que apesar das limitações do estudo, inerentes à heterogeneidade cultural das amostras e diferentes metodologias, nos estudos analisados, é de salientar que nas nove comunidades étnicas estudadas nesta meta-análise, é comum os quatro principais temas que reflectem as mudanças pós-migratórias experienciadas pelos casais, nomeadamente, a perda ou diminuição do suporte social; a “desprofissionalização”; as mudanças nos papéis de género e as mudanças ao nível da comunicação intra e extra-familiar.

A Meta-análise realizada pelos mesmos autores, apesar de abordar apenas estudos realizados no Canada, demonstrou que os estudos analisados evidenciam que as mudanças conjugais pós-migratórias podem estar associadas quer à resiliência conjugal, quer ao conflito conjugal e ao divórcio. Naidoo (1988) verificou que mulheres Sul Asiáticas no Canada que experienciavam menos suporte por parte dos maridos apresentavam mais sintomas de stress; assim como, Dyal, Rybensky e Somers (1988) verificaram, que a tensão conjugal resultante das diferentes formas de aculturação dos cônjuges parece ter impacto no stress conjugal e nos sintomas depressivos e psicossomáticos em mulheres Indo-Canadianas. Na comunidade de Marroquinos a residir em Montreal, aqueles que estavam mais satisfeitos com o seu casamento apresentavam menos sintomas psicológicos de stress (El Haili and Lasry, 1997). No entanto, os estudos sugerem que a imigração não conduz inevitavelmente ao conflito conjugal, casais Judeus a viver em Israel não apresentavam mais conflito conjugal no que concerne à tomada de decisões relativas a assuntos domésticos que os casais nativos Israelitas (Hartman e Hartman, 1986). Casais Latino Americanos não diferem do casais Euro-Americanos em termos de frequência de conflito conjugal (Lindhal e Malik, 1999).

Na tentativa de compreender como os casais imigrantes enfrentam com sucesso as mudanças e factores de stress, Cheung (2004) no seu estudo com casais imigrantes salienta que os factores que podem afectar a resiliência do casal são os ajustamentos às mudanças dos papéis de género; o aumento da intimidade e apoio mútuo, a gestão do conflito e o compromisso para aceitar as diferenças. Tal como Hartman e Hartman (1986), num estudo tinham verificado que a imigração pode proporcionar aos casais a oportunidade de solidariedade e interdependência entre os cônjuges, no que concerne à gestão doméstica e financeira, fazendo assim face a um ambiente estranho em conjunto. Sugerindo, ainda, que os factores externos, tais como as questões económicas, parecem ter mais influencia no conflito, que propriamente, que factores internos da relação.

Para compreender a diferenciação dos resultados obtidos nos estudos anteriores, Ataca (1998) introduziu o conceito da adaptação conjugal como uma dimensão distinta da adaptação psicológica individual e da adaptação sociocultural no processo de aculturação dos imigrantes, medido através do stress conjugal e do suporte conjugal. No entanto, apesar de não ser possível uma generalização dos efeitos que a imigração possa ter na população imigrante em geral, os resultados dos processos psicológicos e sociais envolvidos parecem ser variáveis ao nível das diferenças de género, do nível socioeconómico e das atitudes de aculturação escolhidas (Ataca e Berry, 2002),

verificando uma relação entre stress conjugal, quando mulheres de um nível socioeconómico alto escolhem diferentes formas de aculturação relativamente aos maridos. Mais recentemente, Falconier, Nussbeck, Bodenmann (2013) sublinham a necessidade de contrariar a tendência na literatura de focar, principalmente, o stress aculturativo e, explorar outros factores de stress relacionados com a experiência que não necessariamente, relacionados com o contacto com uma nova cultura, tais como, os sentimentos de perda, as mudanças profissionais e de status, discriminação, sentimento de alienação. Assim como, chamam a atenção para a insuficiência de estudos que foquem no impacto que todas estas mudanças migratórias e factores de stress podem ter nas relações conjugais. Deste modo, os mesmos autores, explorando as diferentes formas de stress migratório, na população latina a viver nos EUA, encontram uma associação negativa entre os factores de stress da imigração e a satisfação conjugal, associação mediada pelo ajustamento conjugal (coping diático), apesar de se ter verificado esta associação apenas nas mulheres analisadas. Assim, o ajustamento conjugal e os benefícios percebidos pelo apoio conjugal para lidar com os factores de stress, parecem nesta população influenciar a satisfação conjugal das mulheres latinas e, tal não se verificar para os homens analisados, revelando a importância dos factores de género e culturais nestas questões de migração.

Deste modo, dada a escassez de resultados neste domínio e a variabilidade de resultados encontrados, parece-nos pertinente e actual, explorar algumas questões relativas à relação conjugal em casais portugueses, actualmente, imigrados em França.

2.1. Objectivos e questões de investigação

O percurso de uma relação conjugal não é estático, é marcado pela complexidade e dinamismo resultante, também, das circunstâncias de vida que vão mudando. A emigração é um acontecimento que pode afectar não só os indivíduos e as suas famílias, mas as relações entre eles. Estudar o contexto da emigração é compreender as mudanças nas quais os indivíduos se vêm envolvidos quando mudam de país, de cultura, de vida, assim como, estudar casais emigrantes é procurar compreender como se processam os ajustamentos mútuos que os membros do casal empreendem para fazer face às alterações socioculturais, individuais e relacionais decorrentes desta transição de vida.

Sendo a conjugalidade um espaço privilegiado de apoio, partilha e afectos, estes factores podem ser fundamentais para os indivíduos emigrantes, que procuram no cônjuge a sua principal fonte de suporte e conexão. Numa circunstância como a emigração que implica drásticas mudanças de vida dos indivíduos, revela-se pertinente explorar os mecanismos através dos quais os casais se adaptam a esta transição (Guruge e outros, 2010)

O objectivo central deste estudo exploratório é analisar a vivência conjugal ao longo da transição de emigração, pelo que, tal finalidade foi orientada para as seguintes questões:

1. Quais são as mudanças migratórias experienciadas pelos participantes com maior impacto na relação conjugal.
2. Qual o impacto da emigração na relação conjugal, nomeadamente, na intimidade e no conflito conjugal.
3. Quais os apoios sociais que tiveram ao longo desta transição.
4. Quais as principais dificuldades/conflitos e como os resolveram.

Ao nível da psicologia, os poucos estudos acerca da conjugalidade com população migrante, tem-se centrado em amostras da população que culturalmente são bastante distintos do país de destino, sendo que, factores como as questões de género, as formas de aculturação, sobressaem naturalmente como pontos críticos de ajustamento conjugal; no entanto, partindo da ideia central que estas as questões da migração devem ser abordadas

numa perspectiva ecológica, torna-se necessário considerar, a exploração de vivências actuais e do nosso contexto histórico-social.

Desta forma, o presente estudo, utiliza uma abordagem qualitativa, recorrendo à entrevista semi-estruturada, como método de recolha de dados. Esta metodologia esta assente em pressupostos ontológicos e fenomenológicos advindos do construtivismo social que enfatizam a observação e análise da experiencia, os significados, os comportamentos e sentimentos no seu contexto natural. Não só os participantes como o próprio investigador é ferramenta chave para ter acesso à realidade dos fenómenos e actos sociais, pois além de observador, o investigador é participante activo quando utiliza a sua sensibilidade e conhecimento na análise interpretativa que faz (Denzin & Lincoln, 1998). Esta metodologia, apesar de não estar preocupada em testar ou verificar hipóteses ou teorias, desafia o investigador a pensar criativamente e a considerar novas relações e processos envolvidos. É sobretudo através do estudo de casos e comparação de casos, da exploração de relações, significados, processos, permite que a informação seja organizada em teorias explicativas (Denzin & Lincoln, 1998, Patton, 2002).

2.2. Método

2.2.1. Participantes

A amostra de participantes é constituída por 11 casais, selecção realizada por conveniência, com base em dois critérios, designadamente, serem casados ou a viver em união de fato anteriormente à emigração e de preferência com algum tempo de relação, mínimo de 2 anos de relação uma vez que há evidências de que o período inicial das relações é marcado pela aprendizagem de uma comunicação e modos de gestão do conflito construtivos e bem-sucedidos, sendo inerentemente uma fase mais propícia à mudança e turbulências a ela inerentes (Behrens & Sanders, 1994, in Carrère et al., 2000). Assim como, por se pretender aceder às percepções e experiências do contexto actual e recente conjectura de crise financeira, mas que permite-se aos participantes ter já um certo distanciamento relativamente aos momentos iniciais pós-migratórios, optou-se por seleccionar casais com um tempo de emigração entre 2 a 10 anos.

Foram entrevistados 11 casais heterossexuais, cada cônjuge separadamente, com idades compreendidas entre 28 anos e 54 anos de idade (M= 39,3). No que respeita ao grau

de escolaridade, a grande maioria tem o 9º ano ou o 12º ano de escolaridade, havendo 4 participantes com grau de licenciatura, em várias áreas de formação (Tradução, Jornalismo, Ensino Básico, Ciências da comunicação e marketing). Quanto à actividade profissional exercida em Portugal e anterior à emigração, a maioria inseria-se na área empresarial e comércio, exercendo actividades tais como, empresário têxtil, empresário e técnico canalizações, empresário jardinagem, empresário e construtor civil; assim como, na área do comércio e prestação de serviços, em actividades como, secretariado, técnica de marketing, empregados de balcão e mesa, comercial, técnica de contabilidade. A grande maioria mudou de actividade profissional, sendo que em França as áreas profissionais passam a ser a construção civil e a prestação de serviços de limpezas e de cuidados a idosos e crianças. Quanto à configuração da relação conjugal, um dos casais vivia em regime de união de facto e os restantes sob a condição de casamento, variando o tempo de relacionamento de 4 a 28 anos ($M= 13,9$). Finalmente, o tempo de estadia em França, pós-emigração, varia nestes casais entre os 2 a 6 anos (cf. Anexo 1)

2.2.2. Procedimento de recolha de informação: Entrevista

As entrevistas semi-estruturadas são um meio privilegiado de obter informação acerca das percepções e significações dos entrevistados face a determinado tema (Lopez e Santacana, 2003), e consequentemente face às questões de investigação. Permite aceder às singularidades e à multidimensionalidade das significações, pois promove o discurso espontâneo e a descrição de histórias pessoais, ainda que o investigador disponha de um guião de questões orientadoras (cf. Anexo 2), de modo que sejam recolhidas informações necessárias para a investigação em curso. A relação de aliança do investigador com os participantes, neste tipo de entrevista é essencial para promover um clima de confiança e auto-revelação, mas principalmente porque abre possibilidades de aprofundar questões que sejam espontaneamente abordadas pelos entrevistados e que possam não estar incluídas no guião (Bardin, 2009).

O guião da entrevista foi organizado partindo do princípio que a experiência da emigração é um evento marcante na vida que por inerência envolve mudança e ajustamentos, havendo portanto necessidade de compreender como é vivenciada esta transição ao nível das experiências relacionais dos participantes. No sentido de validar a entrevista, numa primeira fase esta foi discutida com um especialista no domínio da

conjugalidade e, posteriormente foi realizada uma entrevista experimental a um elemento de um casal, tendo-se tido em conta as sugestões.

Relativamente ao processo de recolha de dados, as considerações de natureza ética foram tidas em conta, na medida em que os objectivos do estudo foram explicados aos participantes e a confidencialidade dos dados garantida, pelo que todos autorizaram a gravação da entrevista em suporte áudio (para posterior transcrição integral). As entrevistas foram realizadas separadamente a cada elemento do casal, com o intuito de garantir um maior à vontade e sinceridade no discurso e ainda encontrar, à posteriori, pontos de convergência e divergência nas suas narrativas.

2.2.3. Procedimento de tratamento de informação: Análise de conteúdo

A análise de conteúdo, enquanto conjunto de instrumentos metodológicos que visa a inferência de conhecimentos, põe em evidência os conteúdos vivos das entrevistas ao conciliar o rigor da objectividade com a fecundidade da subjectividade dos discursos (Bardin, 2009). Esta metodologia permite encontrar uma estrutura interna na informação, através de três momentos sequenciais. Na pré-análise, a partir das transcrições integrais dos discursos, procurou-se uma organização inicial e não estruturada para os dados, partindo de impressões subjetivas e adquirindo, progressivamente, uma leitura mais precisa dos mesmos. Seguiu-se a exploração do material, na qual, por meio da codificação, se transformou o texto bruto em categorias, subcategorias e componentes (cf. Quadro 1), por meio de uma análise de conteúdo temática que teve em conta os temas do guião da entrevista. Por fim, procedeu-se ao tratamento dos resultados, sua inferência e interpretação, os quais serão apresentados e discutidos no capítulo subsequente.

CATEGORIA	SUBCATEGORIA	COMPONENTE	DEFINIÇÃO
PRÉ- EMIGRAÇÃO	Decisão Emigração	Motivos	Motivos porque começaram a pensar emigrar
		Gestão da decisão	Gestão da decisão de avançar para a emigração enquanto casal
	Expectativas conjugais	Do próprio	Expectativas do próprio para a relação antes de emigrar
	Conflito	Emergência	Emergência do conflito ao longo da relação
		Fontes	Motivos de conflito ao longo da relação
		Estratégias de resolução	Estratégias de resolução ao longo da relação
PÓS- EMIGRAÇÃO	Avaliação global do impacto das mudanças	Mudanças mais difíceis	Percepção acerca das mudanças mais difíceis e mais fáceis da transição
		Mudanças mais fáceis	
	Mudanças conjugalidade	Mudanças na relação conjugal	Percepção de mudanças na relação conjugal
	Papel da conjugalidade	Dimensões valorizadas	Dimensões valorizadas da relação na adaptação dos indivíduos à transição
	Correspondência de expectativas conjugais	Relação	Correspondência (ou não) das expectativas construídas para a fase de transição
		Cônjuge	
		Próprio	
	Conflito	Emergência	Emergência do conflito depois da emigração
		Fontes	Motivos de conflito depois da emigração
		Estratégias de resolução	Estratégias de resolução depois da emigração
	Apoio social	Composição	Percepção da rede de suporte social disponível
		Funções/Tipo de apoio	Percepção do tipo de apoio recebido.
	Expectativas futuro	Expectativas para a relação no futuro	
	Apreciação global	Momentos mais intensos	Momentos mais intensos ao longo da relação

Quadro 1. Sistema de Categorias, sub-categorias e componentes

CAPITULO III - APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Proceder-se-á à apresentação e análise dos resultados orientados pelo sistema de categorias e subcategorias emergente, recorrendo, aos discursos narrados. Realizar-se-á uma análise global das onze entrevistas e, uma análise das díades conjugais, nas subcategorias que o justifiquem.

3.1. Fase Pré-emigratória

Quando um casal toma a **decisão de emigrar**, importa considerar a dimensão temporal e contextual, aquando da decisão, os motivos que são atribuídos e o modo como é gerida. De encontro a uma perspectiva sistémica onde a experiência humana é resultado de interações recíprocas entre os indivíduos e os seus contextos (Cox & Paley, 1997), mesmo as mudanças num sistema mais abrangente como o contexto histórico-social colocam os indivíduos em situações de vulnerabilidade e resiliência (Bronfenbrenner & Morris, 2006, *in* APA, 2013) sendo, desde logo, saliente o peso que os motivos relacionados com as mudanças na economia mundial tiveram nesta decisão. O que leva inicialmente os casais a considerar a hipótese da emigração, é a confrontação de um dos elementos do casal ou dos dois com uma circunstância de vida relacionada com o contexto socio-económico de crise financeira, no país de origem, Portugal, tal como, o desemprego, graves dificuldades financeiras, ordenados em atraso ou falência de empresas, criando problemas financeiros e obrigando os indivíduos a procurar soluções e a se adaptar a esta situação; sendo que para a concretização desta decisão são essenciais para generalidade dos casais, a existência de oportunidades de trabalho e apoio social disponível no país de destino, França (*“O que me levou a vir para cá e a ficar foi a conjuntura económica, trabalhava e não conseguia receber e as coisas começaram a ficar complicadas por lá.”* - C1_m; *“falta de trabalho e, como ele tinha a firma e tinha a hipótese de vir fazer trabalhos em França e ia e vinha, e como isso não é vida, fechamos a empresa lá, e eu não tinha trabalho, vim também”* - C1_f; *“Por a minha mulher estar sempre a insistir que ainda estaríamos a tempo, se não estaríamos a criar um sufoco, e como tínhamos a nossa filha cá, seria uma boa oportunidade de começar uma nova vida”* - C3_m;).

Assim, como se torna claro o impacto destas circunstâncias em outros contextos de vida dos indivíduos, sendo que, assumem grande importância as transições e as exigências familiares que atravessam, sendo a decisão dos indivíduos pela emigração, também,

sustentada na existência de uma relação conjugal. Pelos projectos de vida em conjunto e a interdependência do casal, relativos à relação em si (*“Eu cá e ela lá, isso acabava com a relação”*- C1_m; *“Eu só vim porque ele veio”*- C2_f; *“Para segurar o casamento, eu pensei que vindo para cá tudo ia mudar...”* C7_f; *“Eu vim atras da minha mulher, foi na sequencia do acidente do Rui (filho) e para a apoiar”* C10_m), pela necessidade de melhorar a qualidade de vida (*“Ele andava com os ordenados em atraso e nos gostamos de viver, não é sobreviver”* C8_f), garantir melhores condições de vida para os filhos (*“não era estável e não queria isso porque tenho uma filha”* C2_m; *“Se não fosse por as minhas filhas não tinha vindo, porque eu desenrascava-me sempre”* C3_m; *“Queríamos ter uma vida melhor, dar aos filhos o que eles querem”* C9_f); bem como, de projectos e objectivos individuais (*“ não tínhamos dinheiro para pagar as contas, mas também porque não havia trabalho na minha área de formação como jornalista”* C8_m; *“Estava farta das pessoas e de tudo, foi uma bola de neve”* C10_f). Revelando a importância que as questões familiares e, sobretudo a relação do casal, parecem assumir na vida dos indivíduos, aquando desta decisão, pois tal, como Guruge et al. (2010) referem, a maioria dos indivíduos emigra em família.

Naturalmente, a gestão da decisão do casal é diversificada tendo em conta a idiossincrasia dos casais e as suas situações de vida. A decisão não acontece num determinado momento, mas vai acontecendo, na maior parte dos casais, começando por ser dado como hipótese, geralmente por apenas um dos cônjuges, como sendo uma solução temporária ou uma experiência, posteriormente a experiência concretiza-se quando um dos elementos emigra porque tem possibilidade de emprego garantido e finalmente a concretização da emigração conjunta quando o segundo elemento decide reunir-se (*“Ela começou a apertar comigo... que eu tinha que vir primeiro... chegou a um ponto em que tivemos que tomar uma opção e deixar tudo para trás... como tinha trabalho vim experimentar... o contrato foi renovado, fiquei seguro e mandei-a vir...”* C3_m; *“Ele veio primeiro... nos viemos as duas depois para estar com ele e conhecer um bocado isto e depois devagarinho começamos a colocar a hipótese de ele ficar cá...”* - C2_f, *“Eu tinha medo... ele esteve aqui um ano e meio sem ir a Portugal e sempre dizia para eu vir... eu dizia que não queria mas já o tinha deixado vir, não o podia ter impedido...depois tive de aceitar...”* – C11_f), de facto, para a maioria dos casais a emigração dos dois elementos do casal afigura-se geralmente como algo implícito sem que haja reflexão e discussão explícita entre o casal, porque há uma antecipação ou efectivamente uma experiência das dificuldades que implicam a distância física (*“Eu cá e ela lá, isso acabava com a relação,*

sinceramente as coisas acabaram por acontecer naturalmente, acabamos por não discutir directamente essa questão, ela seguiu-me”- C1_m, “...Veio embora e eu costumo dizer que fiquei sem os dois braços...” – C11_f, “...separados não íamos ficar, isso já estava decido para mim... cada dia separado dele era como se a vida não andasse para a frente...”- C2_f). No entanto, apesar da crença popular de que as relações à distância são difíceis e que mais facilmente terminam, Kelmer, Rhoades, Stanley, Markman,, (2013) não verificaram a veracidade desse receio, que frequentemente é experienciado, no seu estudo os autores não encontraram diferenças significativas comparativamente a casais que vivem próximos no que diz respeito ao compromisso e à estabilidade, parecem ainda ter níveis mais levados numa serie de variáveis relacionadas com a qualidade conjugal.

Como geralmente ocorre não se trata de uma circunstância esperada na vida dos indivíduos, sendo compreensível a incerteza e as dificuldades em tomar decisões nem sempre nas melhores condições (Alarcão, 2002). Assim, do ponto de vista das díades relacionais, se para alguns casais a decisão de emigrar é desde logo partilhada por ambos, anteriormente a um dos elementos partir (*“Nos já há muito tempo que andávamos a falar que gostávamos de ter uma experiencia no estrangeiro. Quando ele disse olha vai ser para França, a mim pareceu-me muito simples”- C8_f*), para a generalidade é um processo que exige tempo de reflexão, e a decisão só é partilhada depois de um dos elementos do casal tomar a iniciativa (*“Veio ele primeiro e depois vim eu, depois tivemos que decidir os dois...o problema é que eu também não queria ficar lá sozinha...”- C6_f*) e, para outros, ainda hoje parece não haver mutuo acordo e um dos elementos continua a sentir necessidade distintas do parceiro que não passariam pela emigração, apesar de que a estabilidade financeira, base para a sustentabilidade de outros projectos de vida, seja o objectivo comum, prevalecendo como comum acordo e opção mesmo que outras necessidades individuais não estejam a ser satisfeitas ou que hajam diferentes percepções e opiniões (*“Eu é que quis vir mas depois de um mês já me queria ir embora, só que agora ele não quer, porque ele está bem, numa boa empresa, mas eu não gosto disto...” – C5_f; “Não foi bem uma decisão... bem da minha parte foi... mas da dele foi mais a circunstancia ... apesar de contrariado, eu sei que para ele o mais importante são os nossos filhos e é por isso que lutamos”- C10_f*).

Assim, finalmente quando os indivíduos decidem pela emigração está para a maioria implícito que se trata de um projecto a dois, sustentado na relação que foram construindo ao longo do tempo *“Nos somos muito diferentes, mas há um tronco comum, que é o que sentimos um pelo outro naturalmente, sem imposição e isso é o que dá*

estrutura para fazer uma coisa como esta e arriscar um projecto como este... é o amor que temos, é a certeza que tenho nele, eu sei que está sempre ao meu lado, é ele dar importância aos meus medos e querer saber... o mais importante é conversar e dizer tudo mesmo que seja diferente” (C2_f), mas que reflecte, igualmente, o que é patenteado na literatura sobre a conjugalidade, isto é, que seja expectada, como o espaço que melhor responde e satisfaz às necessidades de afeto, companhia, lealdade e intimidade (Halford, Kelly & Markman, 1997). Assim, mais especificamente, as **expectativas para a relação** pelo facto de irem emigrar passavam pela partilha de objectivos e decisões e apoio nos objectivos de cada um (“*São duas pessoas a fazer uma vida em conjunto, há sempre decisões a tomar e essas decisões devem ser tomadas a dois*”- C1_m, “*Fazer-mos uma vida juntos, ter um filho, ter uma vida estável*”- C1_f; “*Partilhar objectivos e lutar por eles... mesmo que os objectivos sejam meus, mesmo as decisões mais simples gosto de ter a opinião dele... é conversar e pensar em conjunto*”- C2_m), mas, se por um lado, era expectado partilha e mutuo acordo, por outro, esperavam que apesar das divergências entre os dois, pudesse haver, igualmente, confiança, dialogo, respeito e compreensão pelas ideias do outro e apoio mutuo (“*...Entendermo-nos, respeitarmo-nos e ajudarmo-nos um ao outro.*”- C2_m; “*...Que haja uma conversa mutua para que a gente possa levar as coisas pelo melhor...*”- C3_f; “*Apesar das divergências, apoiarmo-nos incondicionalmente, nos bons e nos maus momentos*” – C3_m)

Se para esta fase de vida, destes casais, todas as expectativas pareciam sustentar uma como base que é a de intimidade conjugal, como alicerce da relação, estes participantes deixaram, igualmente, transparecer as elevadas expectativas que são colocadas actualmente nas relações íntimas, sendo importante questionar, como vários autores tem vindo a fazer (Wright, D. *et al.*, 2007), acerca do carácter pouco realista e excessivamente optimista das mesmas. Neste sentido, a literatura não desvalorizando o papel destas crenças e expectativas na satisfação conjugal, quando estas são correspondidas (Fletcher, 1999, *in* Fletcher, 2000), tem vindo a demonstrar o valor que os conflitos e as competências de resolução dos conflitos possam ter nos ajustamentos conjugais (Wright, D. *et al.*, 2007), que inevitavelmente a conjugalidade e as situações exigem, tal como, alias alguns destes participantes, que talvez por serem casais já com bastante tempo de relação, expressam “*Que uma pessoa se entenda, que respeite as decisões um do outro... temos que nos adaptar um ao outro, não somos parecidos...*” (C4_f), “*Entendermo-nos bem, temos que ser compreensivos quando a vida é critica, saber restringir, fazer sacrificios e ceder*” (C6_m).

A elevada emergência de **conflito** anterior à emigração, quando comparada com uma fase pós-migratória revela-se sobretudo presente numa fase anterior à emigração, sobretudo nos casais com acentuadas exigências e dificuldades financeiras, pois “*Quando as coisas não estão bem, tudo é razão para discussão*” (C6_m), que pelo impacto negativo que despoletam nos indivíduos, foram apontadas como influenciando a forma como surgem e experienciam os conflitos nas suas relações, evidenciando como o conflito é influenciado por factores contextuais (Fincham, 2003; Lerdermann *et al.*, 2010). A este propósito o stress e as múltiplas exigências, o medo e a sensação de falta de controlo parecem resultar numa menor disponibilidade emocional para o outro – “*O que me preocupou foi quando comecei a deixar de ter dinheiro e chagava a casa e calava-me, andava muito em baixo, muito fechado... e isso na cabeça dela poderia questionar-se de outras coisas, acabava por haver um ambiente menos bom*” “ (C1_m); “*Lá a minha vida era diferente, vinha já tarde para casa e ela teve uma vida só... como eu não estava disponível para ela... nessa altura passava tanto tempo fora de casa que podia desconfiar... digo isso porque passava o tempo todo a controlar-me*” (C3_m); e numa maior propensão para a escalada do conflito “*O pai dele era um chato estava sempre a culpar o meu marido, eu já não aguentava... estávamos sempre a discutir, nunca tinha tempo para mim e para as filhas*” (C5_f); “*Tinha-mos um certo nível de vida e certos vícios e quando veio a crise foi um problema... arranjei-lhe um negócio e ela não teve responsabilidade e depois havia discussões e o culpar um ao outro...*” (C6_m); “*Podíamos começar com outra coisa, mas ia sempre dar ao dinheiro, andávamos mais nervosos e explodia mais para cima dele...ele agora já fala, mas lá, eu falava e ele nem abria a boca e isso ainda me irritava mais.*” (C11_f), assumindo-se as mulheres como as que mais facilmente despoletavam o conflito contrariamente ao que se passa com eles, que o procuram evitar, evidenciando como, também as características pessoais, nomeadamente as diferenças de género se vêm reflectidas na resposta ao conflito (Fincham *et al.*, 2004). As dificuldades financeiras e relacionadas com emprego além de interferirem da emergência constituem uma das suas fontes que, pelo impacto negativo que despoletam no indivíduo, resultam num aumento de interacções negativas (Fincham *et al.*, 2003), sendo possível observar pelos testemunhos anteriores que os temas do conflito, apesar de se relacionarem com um factor de stress externo como as dificuldades económicas que estes participantes atravessavam, os temas eram sobretudo focados em assuntos internos à relação, nas divergentes atitudes e necessidades face às circunstâncias, “*Lá discutíamos porque foi um*

passo que a gente deu, de tomar conta da fabrica, que foi uma passo mal dado, porque foi uma mau investimento.” (C3_f). Alertando-nos para a influência da comunicação conjugal no impacto que os factores de *stress* externos possam ter nos indivíduos, e consequentemente nas suas relações, nomeadamente em tempos de dificuldades financeiras (Lerdermann *et al.*, 2010).

A par, com as dificuldades financeiras, outros motivos de discussão, foram apontados, tais como, as famílias de origem *“Lá era mais por causa das nossas mães, eu tinha ciúmes, porque ele só puxava para o lado dele e dizia que a minha mãe era chata.”* - (C10_f); filhos *“...Eu deixava fazer tudo as garotas e depois discutíamos”* – (C5_m); os grupos de pares e ciúmes *“Lá a vida era diferente saia mais a noite, perdia-me na conversa com os amigo e chegava tarde a casa”* – (C6_m); *“Quando trabalhava na residência ele era um bocado ciumento.”* – (C5_f); *“...por causa das saídas com amigos e ciúmes”* – (C4_f).

A comunicação era um das estratégias de resolução utilizadas, o “conversar” e o dialogo, sendo que do ponto de vista da qualidade da comunicação, era evidente a postura mais interventiva por parte delas e eles recorriam mais ao silencio ou afastamento, indiciando na maioria dos casais a presença do padrão Exigência-Retirada, o que vai de encontro à maioria dos estudos que revelam pertencer às mulheres o papel de exigir/atacar e o de retirar/evitar aos homens (Fletcher, 2002) (*“...Ela questionava-me o que se passava, questionava-me muito e eu lá acabava por responder e ela por saber o que era...”* C1_m; *“Eu berro mais alto, ele até diz que engulo um disco e que não me calo...ele fala menos, fica mais calado e as vezes é melhor estar calado...”* C3_f; *“Ela exalta-se mais e eu deixo que ela fale e se acalme...”* C5_m; *“Falava-mos, essencialmente falava-mos ou então eu ia dar uma volta e quando chegava já estava mais ou menos assente...”* C8_m). Segundo Verhofstadt *et al.* (2005) para eles o evitamento funciona como um mecanismo de evitamento da escalada, enquanto para elas representa um sinal de hostilidade. Neste processo, a cedência, o perdão, e a acomodação parecem ser a forma de reconciliação enquanto estratégias restauradoras da comunicação e do diálogo, sustentadas na compreensão mutua e no compromisso de relações longas *“Eu dava sempre o braço a torcer... ela tem um feitio muito especial é preciso saber dar a volta devagarinho...”* C1_m; *“... e muita paciência tivemos que ter... tem que haver cedência de parte a parte... nunca nos deitamos chateados... eu já lhe disse que se tivesse dado com outro já a tinha deixado...”* C6_m; *“... quando ele está no canto eu deixo-o, penso mas não vou estar a insistir, já sei que não adianta ele acaba por não me dizer e se chatear... ele mais tarde ou*

mais cedo acaba por me dizer... já nos conhecemos.” C1_f; “Somos os dois teimosos, mas depois passa, há coisas que o tempo resolve e outras que nem o tempo há-de resolver... vamos cedendo, já nos conhecemos bem.” C10_m. Sendo que em parte, também as características pessoais, tem influência ao nível destas estratégias de resolução, como, por exemplo, o espírito de sacrífico e capacidade de empatia “Ela questionava-me o que se passava... ela é uma pessoa que nunca pediu muito, nem exigia, compreendia a situação e para ela bastavam pequenas coisas, esteve sempre à altura, se calhar para ela foi muito mas manteve-se lá...” (C1_m); “é uma pessoa que está ao nosso lado nos bons e nos maus momentos e apesar das divergências nos apoia incondicionalmente” (C4_m), “...Eu sou mais carinhosa e compressiva e ele é mais duro, se mete uma coisa na cabeça tem de fazer e eu não vou estar ali a insistir...” (C4_f). Também as estratégias a nível da sexualidade podem ser uma forma de reconciliação “Debaixo das mantas resolve-se tudo...” (C3_f); “...discutimos e gritamos um com o outro e depois é abraços e beijinhos...” (C9_f).

3.2. Fase Pós-migratória

A emigração é um acontecimento que resulta em grandes e diversificadas mudanças na vida dos indivíduos, sendo que o **impacto global das mudanças** varia de acordo com a idiossincrasia dos indivíduos e os contextos nos quais se inserem (Falconier et al., 2013). Sendo que nesta população específica, como era esperado, não se verifique dificuldades relacionadas com o contacto com uma nova cultura (Berry, 1997), verificam-se, ainda assim, várias outras dificuldades relacionadas com a migração.

É unanime, aquando da avaliação do impacto dessas mudanças a fase inicial de adaptação à comunidade envolvente, como as mudanças mais difíceis, no caso destes casais e seu contexto específico, no que diz respeito à dificuldade de encontrar alojamento e às condições de habitação encontradas “... e chegar cá e não ter casa foi o mais difícil. – C11_f; “Estávamos habituados a ter certas coisas, a nossa casa e chegar aqui e meter-me num buraco com os pais dela, foi o mais difícil.”- C9_m; “O que me custou mais foi estar num quarto os três, ter de sair para a rua para a minha filha dormir, porque ela trabalhava de noite.” – C6_f); assim como, as mudanças profissionais, relativas à dificuldade em encontrar emprego e a mudança de trabalho “O mais difícil foi arranjar trabalho... um ano fechada em casa é horrível, não saber o que procurar, não saber se arranjamos ou não” (C1_f), que associadas à aprendizagem da língua foi apontada como uma das mudanças mais difíceis, pois não permitindo a inserção no mercado de trabalho de

acordo com a formação ou ambições desejadas, é gerador de grande stress e frustração e, leva os indivíduos a por de lado uma parte importante da sua identidade e bem-estar “ *Nos enfrentamos as coisas... mas as vezes também me apetece ir embora, de repente penso que não estou aqui a fazer nada, esse é o lado mais meu, e depois penso que não, que a minha família esta bem e é a isso que tenho que me agarrar... (chora)... eu pensava que ia ser mais fácil encontrar trabalho relacionado com a minha área... aquilo que fazia em Portugal e o meu trabalho é muito importante para mim (chora) porque é uma coisa que me dà muito prazer... então o trabalho que tenho aqui não tem nada a ver comigo... “* (C2_f), “ *a minha actividade profissional também parou... acabei por me anular como pessoa”* (C10_m). O que é concordante com o que se passa em outros contextos culturais, na medida em que emigrantes com alto nível de formação ou, com formação específica, é provável que se vejam impossibilitados de continuar na mesma área profissional depois de emigrarem (Yakushko, Backhaus, Watson, Ngaruiya, & Gonzalez, 2008), sendo esta perda de estatuto, muitas vezes, geradora de sentimentos de frustração, depressão e ansiedade (Grzywacz, Quandt, Arcury, & Marín, 2005). Mas se as mudanças materiais e profissionais, apesar de difíceis são percebidas como sendo substituíveis e temporárias, a avaliação do impacto das mudanças na rede de suporte é bastante negativa (Falicov, 2007), pelos sentimentos de perda e pela dificuldade no apoio mutuo que a distancia física implica “*O que me custou mais quando vim para cá foi as pessoas que eu deixei lá, a família e amigos, é uma coisa que não tenho e nunca vou ter cá, posso arranjar milhares de empregos e coisas parecidas coo que tinha lá, mas isso nunca vou ter cá igual...*” (C2_f), sobretudo a perda de contacto com os grupos de amigos “*As mudanças foram todas porque estávamos habituados a nossa casa, a nossa vida e aos nossos amigos e chagamos aqui e não tínhamos nada. Não temos as amizades que tínhamos lá, que fazíamos tudo com eles*” (C9_f), e a perda de contacto com os familiares próximos “*Para mim o mais difícil é a família, e para mim foi deixar o meu filho, custa muito, o telefone não basta.*” (C1_m), nomeadamente, com a família de origem “*Eu todos os dias ia casa dos meus pais, quando não ia, a minha mãe ligava-me logo. Tenho que me adaptar, com a minha mãe foi mais difícil porque estava doente e precisava de mim...*” (C8_m), “*E uma das coisas que me custou mais foi a família, estava todos os dias com eles, e eles era comigo que contavam...*” (C10_m), revelando, inclusive, como uma transição pode interferir com outras transições que estejam a decorrer na vida dos indivíduos (Donatti, 2001).

No que concerne às mudanças mais fáceis estas são para a grande generalidade a melhoria de condições de vida, a estabilidade financeira que era o objectivo pretendido

inicialmente dos casais, por ser a base da sustentabilidade financeira futura da família, sobretudo, pensando na educação e no futuro dos filhos (*“O mais fácil foi quando arranjamos este trabalho que não pagamos renda, posso estar em casa com os meus filhos e leva-los a escola”*- C4_f; *“As finanças, não quer dizer que compre tudo, mas não nos falta nada, principalmente às minhas filhas, que tem tudo do bom e do melhor”* - C5_f; *“A única coisa que compensa aqui é a nível financeiro que conseguimos estando os dois a trabalhar, que acaba por ser positivo para poder-mos ajudar os nossos filhos a iniciarem a vida deles sozinhos”* C10_m). Mas se para alguns a estabilidade financeira decorreu com facilidade pelas ajudas disponíveis *“O mais fácil foi vir já com contrato e ter cá a minha filha e o meu genro que me arranjou trabalho na empresa dele e os patrões serem portugueses”* (C3_m); e pela existência de uma ligação anterior com a França (*“Estou a adaptar-me bem, a minha vida cá ou lá é igual, tinha cá conhecimentos, já sabia para o que vinha”*- C6_m; *“Paris não é novo para nos, porque já tínhamos vindo cá varias vezes, todo este ambiente, como a nossa família já vivia cá, nos em grande parte já estávamos preparados para o que íamos encontrar, nos gostamos particularmente da cidade, pelo que significa em termos culturais”* – C8_m), para outros, todo este processo foi complicado *“O mais fácil, nada foi fácil, não há nada que possa dizer que tenha sido fácil”*, sobretudo pela falta de apoio encontrado. Evidenciando não a importância que assumem os contextos nas questões de migração, uma vez que França é desde há muito um país de destino de emigrantes portugueses, como também, e porque permite a emergência de vulnerabilidades e de recursos específicos desta população, sobressaindo, o apoio social encontrado como sendo factor fundamental na adaptação familiar (Cox & Paley, 1997).

Assim, se parece haver uma avaliação negativa do impacto das mudanças, sobretudo, pelos sentimentos de perda e incerteza experienciados pelos indivíduos, a generalidade dos participantes revela, terem experimentado positivamente as **mudanças nas suas relações conjugais**, sendo que as questões conjugais parecem ser favorecidas pelos factores externos, como a estabilidade financeira conseguida, que permite aos indivíduos dispor de mais disponibilidade física e emocional para o outro e para a relação (*“... graças a Deus as coisas estão a correr bem, o meu espirito e humor estão diferentes... brinca-se mais, a mente está mais tranquila com mais disponibilidade e acaba por ser bom...”* - C1_m, *“Desde que vim foi uma melhoria muito grande, podemos conversar sem discutir... o que não havia lá que cada um puxava para cada lado...”* – C5_m), assim como, a falta de rede suporte, que proporciona que os indivíduos passem mais tempo, façam mais actividades juntos e que procurem mais o companheiro para apoio

(“... eu lá estava muito envolvido na comunidade, muito mesmo, e aqui não, saio do trabalho e venho para casa... aproximou-nos mais, estamos mais tempo juntos agora e isso para nos é bom porque temos gostos similares” – C8_m), gerando uma maior proximidade emocional, mesmo em pequenos momentos diários e, um sentimento união entre os cônjuges “Conversamos de tudo, partilhamos tudo, lá jogava à bola, estava com os amigos, cá chego a casa estou mais tempo com ela, se calhar falo mais com ela mesmo sobre coisas sem significado, que se calhar lá não contava. Eu só posso contar com ela e ela comigo, não temos cá família... e isso uniu-nos mais” (C2_m). Assim como, pelas dificuldades que tiveram que ultrapassar e problemas para resolver, referem uma consciencialização dos próprios sentimentos e um reforço da relação (“é muito amor, forte mesmo, depois é a confiança e honestidade e amizade além de marido e mulher somos grande amigos...foi o aprofundar o nosso relacionamento” – C8_m, “...mas estivemos capacitados para resolver-los enquanto casal, aguentar certas situações, mas é a confiança que eu sinto em relação a ele... e o vir para cá reforçou ainda mais, veio provar que o nosso amor aguenta muita coisa...” – C2_f). Deste modo, como mudanças pós migratórias que parecem ter impacto na relação destes casais emergem, sobretudo, os temas da falta de suporte social e mudanças na comunicação intra-conjugal, estando associado na generalidade dos participantes a uma percepção de maior proximidade e união relacional, resultados que se distinguem de outros estudos realizados com outras populações, nas quais os factores culturais e de aculturação são mais evidentes (Guruge et al. 2012), apesar de se verificar num dos casais que quando o processo de aculturação está prejudicado, o impacto na relação pode não ser tao positivo, pois não se verifica essa percepção de proximidade “Lá acho que tínhamos o tempo ocupado de forma diferente e disponibilidade, liberdade para darmos apoio um ao outros... este stress aqui não permite aproveitar, nem ter uma percepção de bem-estar... ”.

De facto, neste processo de adaptação a toda uma serie de circunstâncias que a emigração implica, o **papel da relação conjugal** é fundamental, como sendo um pilar fundamental para os indivíduos “a relação é o pilar de tudo” (C2_f), sendo que as dimensões relacionais valorizadas passam sobretudo pelo apoio emocional e instrumental que proporcionam um ao outro, em que uma comunicação empática e reveladora de proximidade respeito, validação é a forma privilegiada de concretização desse suporte “A ouvir-me, a deixar-me chorar à vontade embora eu saiba que lhe custe muito ver-me chorar, não se perde nem fica perdido...mas espera que isso me passe, ele está ali e isso é

muito importante... mas é preciso que ele saiba o que eu estou a sentir (...) é o que estou a sentir e tem que vir para fora, pronto.” - C2_f; “... ajudar-nos mutuamente, darmos-nos bem e compreendermo-nos um ao outro, só o eu poder falar com ele dos problemas e ter a opinião dele e sei que posso contar sempre com ele, isso já é uma ajuda muito grande” – C1_f; “ele ajuda-me, tem-me incentivado a ficar aqui...” – C3_f; “Ele dá-me animo... tenta acalmar-me...” – C6_f; “Ela gosta de estar aqui, logo é isso que me tem prendido aqui, tentando aguentar a parte negativa... não me sinto bem aqui mas não a posso criticar porque efectivamente estamos melhor no geral... - C10_m), sendo este clima de confiança necessário à partilha e auto-revelação numa fase de vulnerabilidade emocional e social como esta. O que facilmente se entende, uma vez que o apoio conjugal é um dos factores que mais contribui para o bem-estar psicológico e saúde física, protector contra o stress (Uchino, Uno, & Holt, 1999; Piazza, Charles & Almeida, 2007 in Laurenceau et al., 2011), e benéfico para a intimidade e a satisfação conjugal (Acitelli, 1996; Dehle, Larsen, & Landers, 2001),

Mas é, também, uma fase em que os cônjuges têm que resolver e lidar com uma serie de situações em conjunto e, de facto, nesta transição, parece haver uma ampla consciência ou um foco por parte dos casais na mutualidade e na interdependência - *“aqui somos só nos os dois” (C6_f), e, a generalidade do casais referem-se à partilha, à compreensão mutua e ao apoio conjugal como forma de atingir aos seus objectivos individuais e partilhados (“ Eu sei que se tivesse aqui sozinho não estaria aqui, arriscava mais e com ela posso falar sobre tudo e apoia-me, ela dá-me outra visão e eu tenho que pensar melhor porque temos uma filha em comum e tenho que pensar nela.” – C2_m; “Em termos de conversar-mos e como decidimos as coisas, a tentar levar as coisas pelo melhor caminho e não chegar ao ponto de cada um puxar para seu lado...” – C5_m; “Sinto que tenho muito apoio, quando está doente ele esta aqui, aqui estamos bem porque somos um só... sentimo-nos bem e ajudamo-nos um ao outro... ele dá-me animo e diz para não stressar para assim podermos viver uma vida tranquila se trabalhar-mos os dois” – C6-f; “Ela sempre trabalhou e ao mesmo tempo tratava dos garotos, isso já ajuda muito porque eu não sei tratar deles, e compreende, compreendia que eu tinha que ir trabalhar ao fim de semana e não podia estar em casa, sempre compreende.” – C4_m), revelando a importância do apoio conjugal não só no bem-estar individual mas, também, no reforço da mutualidade conjugal para lidar com as circunstâncias. Neste sentido, a literatura tem vindo a demonstrar que casais que enfrentam em conjunto o *stress*, têm mais probabilidade de aumentar a confiança mútua, o compromisso e a percepção de si enquanto equipa*

(Bodenmann, 2005). Cutrona (1996) sugere que um dos mecanismos através do qual o apoio do parceiro contribui para a satisfação no casamento é a prevenção da degradação relacional provocada pelo *stress*, e, no mesmo sentido, Bodenmann (2005) sugere que o ajustamento conjugal tem dois objectivos principais: a redução do *stress* e o reforço da qualidade do relacionamento. Ficando aqui saliente o valor destes padrões relacionais não só no bem-estar e felicidade individual, mas também na satisfação e qualidade conjugal, pelo que, os casais procurando um outro país, parecem encontrar, também, um outro lugar mais amplo e recompensador, a verdadeira intimidade conjugal.

Relativamente à **correspondência de expectativas** para a relação, de um modo geral, todos consideram que ao longo desta transição esta correspondeu às expectativas existentes antes de emigrarem, ou mesmo que foram superadas. Ainda que a totalidade dos casais entrevistados tenham relações já longas, e portanto tenham já um considerável conhecimento mutuo, a vivência conjugal ao longo desta transição, permitiu: a consciencialização e valorização da amizade que os une e a percepção de uma forte proximidade (“... *apercebemo-nos que funcionamos bem como casal, e é gratificante depois destes anos todos sermos parceiros, amigos confidentes... veio-nos mostrar esta cumplicidade e interajuda, já notei varias vezes que aqui somos os dois e vamos lá!*” – C8_f), mais cooperação e apoio mutuo (“... *e em certo ponto afasta-nos mas eu também tento ajudar e por isso também nos aproxima, conversamos mais, estamos mais tempo juntos, lá nem conseguíamos resolver os problemas... aqui é preciso fazer isto e aquilo e fazemos...*” – C5_m), mais momentos de cumplicidade e de partilha de afecto positivo (“...*nesta casa não há stress...não entramos naquele conflito, brincamos mais e falamos de outras coisas...*” – C6_m; “*Ele também foi ficando mais meigo, ele em Portugal nunca me oferecia prendas e agora sim...*”- C11_f; “... *aproveitamo-nos mais uns aos outros e isso foi uma grande diferença...*”- C2_f).

Também as expectativas desenvolvidas para o cônjuge se encontram correspondidas ou superadas, mas se para o género feminino, esta experiencia parece permitir a percepção da disponibilidade dos parceiros (“*Talvez esteja um bocadinho melhor, lá havia a família e os amigos, cá acabamos por estar mais tempo juntos, lá ele não era tao disponível*” – C1_f; “*Sinto-o mais próximo de mim cá, estamos mais tempo juntos, pelas coisas que temos que enfrentar, não sei sinto-o mais próximo*” – C2_f), para o género masculino sobressai a consciencialização e valorização de algumas das características já conhecidas (“*Ela é directa, diz o que tem a dizer na hora, deixar tudo lá*

*para vir comigo e estar sempre a ajudar, posso contar com ela na mínima coisa, talvez lá não notava tanto isso porque não precisava, se calhar cá dou mais valor” – C2_m; “Eu já a conhecia é uma lutadora, não baixou os braços” – C1_m; “Se calhar esta mais amorosa, tenho uma mulher de selecção... agora acho que dou mais valor...” – C3_m). No mesmo sentido, quanto às expectativas que tinham para si próprios, revelam ver-se mais disponíveis e atentos (“Agora dou mais atenção a alguns assuntos e pormenores dela, porque lá não tinha tempo para aperceber-me deles...” – C8_m) e, mais receptivos e menos reactivos ao outro (*Estou mais calmo, aqui faço o meu trabalho e não tenho preocupações e depois as reacções são outras*).*

Relativamente aos **conflitos** numa fase pos migratória, a emergência quando comparada com o conflito antes de emigrarem, parece de um modo geral ter diminuído. No entanto, no período inicial pos migratório, pode registar-se uma considerável emergência de conflito, saliente sobretudo nos casais em que dadas as múltiplas exigências e falta de apoios, estão sujeitos a altos níveis de *stress* e se vem confrontados a depender completamente um do outro emocional, social e financeiramente, em terem que gerir decisões, recursos, necessidades entre apenas os dois “*Aqui só nos temos um ao outro para andar para a frente*” (C6_f); “*No início chorava e custou-me muito e ele não tolerava isso e estava um bocado agressivo, qualquer coisa que falasse já era motivo para discussão, houve alturas em que ate se tornou violento, e nunca esperei que fosse assim... eu acho que ele não andava bem e eu o culpava muito por nos ter trazido, eu sei que também não fui boa, depois de virmos para esta casa já as coisas mudaram, mas no início não tínhamos dinheiro, nem casa...*” (C11_f). Revelando uma fase de ajustamento entre os cônjuges, que se impõe, na adaptação às mudanças pós migratórias, nomeadamente no como comunicar adequadamente um com o outro e como resolver construtivamente os conflitos.

Sendo que progressivamente a contribuir para a diminuição da frequência dos conflitos parece estar diminuição dos factores de stress externos à medida que adquirem estabilidade financeira (“*Agora discutimos muito menos, já resolvemos os problemas todos de Portugal, é uma vida diferente, trabalha-se e ganha-se dinheiro*” - C6_f; “*A gente aqui sente-se mais realizados e psicologicamente estamos mais libertos com menos pressão e isso não leva a tanta discussão... temos mais tempo livre juntos um para o outro e o que fazemos, fazemos juntos*” - C3_m), que associado uma disponibilidade física e emocional para atender as necessidades do outro e decorrentes da vida familiar, numa progressiva

adaptação a novas actividades conjuntas “*Aqui praticamente nem discutimos...agora temos mais convívio, conversamos mais... não andamos preocupados a contar os tostões (...)ele agora aqui até nos fez o café, às vezes faz a comida, um dia destes foi ele que aspirou (...) estamos mais juntos, mais convívio entre os dois...eu gostei deste passo*” – C3_f) revela a importância de um contexto de apoio e da percepção de suporte conjugal na emergência e na resolução de conflitos (Fincham, 2003) e da intimidade como “almofada emocional” ou “conta bancária” de afectos positivos na prevenção da escalada de conflitos (Gottman, 1999)

Ao nível dos motivos, comparativamente com a fase pré-migratória, deixa de haver as questões financeiras e mantem-se as diferentes práticas parentais na educação dos filhos (“*Acho que no discutimos tanto, as vezes por causa das garotas, porque ele ralha com ela e eu não gosto que fale assim.*” – C5_f), e as características pessoais “*aqui as discussões são por causa da casa, eu sou mais de deixar andar e ela gosta mais de pressionar as coisas*”. – C8_m; “*Em termos de dinheiro eu sou mais de arriscar, temos gostos e opiniões diferentes, mas sabemos o feitio um do outro e respeitamos, as vezes pode dizer não devias ter feito isso ou aquilo*” – C2_m).

Surgem agora nesta fase as relações extra-familiares, nomeadamente, as actividades sociais e tempos de lazer e as diferentes formas de aculturação individuais (“*Agora a preocupação do momento é que as nossas ideias são diferentes, porque ela é mais agarrada à terra e portanto a mim a terra não me diz nada e estou onde me sinto bem (...) Agora estamos no rancho e procuramos enraizar a nossa cultura, mas a minha mulher acha aquilo um stress (...) ela quer mais descanso e sendo algo que representa a minha terra eu vivo isso, e tenho estado a apertar com ela (...) Não tenho o vício de sair sozinho porque temos vivido um para o outro, por isso gostava de continuar no rancho, porque eu preciso de me libertar do dia a dia e se não tivéssemos isso eu ia procurar outras coisas.*” – C3_m; “*Ele diz que não sou tao carinhosa, se calhar também é o stress que reajo diferente (...) se formos de férias a Portugal já estou diferente, agora ando no ginásio e faz-me bem... mas saímos muitas vezes com as filhas e ele até tem paciência ...*” – C5_f; “*Aqui tudo o que eu gostava da vida familiar saiu prejudicado, passamos menos tempo junto com os nossos filhos e depois é as pequenas coisas acabam por vir ao de cima, as culpabilizações, estou aqui por causa de ti (...) a minha actividade profissional também parou (...) acabei por me anular como pessoa.*” – C10_m).

Uma vez despoletados os conflitos ou discussões, a grande diferença parece ser nas estratégias utilizadas para os resolver quando comparadas com uma fase pré migratório ou

a fase inicial pos migratória, sobretudo no que respeita à comunicação, o padrão exigência-retirada ou ataque-evitamento acentuado nessa fase de *stress*, vê-se posteriormente menos saliente, dando lugar a uma comunicação aberta e construtiva (*“Quando há uma discussão berramos e ele não gosta e depois devagarinho vai esmorecendo... talvez aconteça menos cá... também a casa é tao pequena que não temos para onde ir e temos de resolver...”* – C2_f; *“Ele agora também já discute, já fala, mas eu prefiro, porque nem é o discutir é o falar sobre as coisas, pelo menos sabemos o que cada um pensa, as vezes nem sabia se me estava a ouvir ou não... também mudou porque também a vida o fez mudar...”* – C11_f)

Sendo a cedência e a disposição para o sacrifício com vista à reconciliação enquanto restauradora de equilíbrio no relacionamento *“... eu queira sair de paris e viver nos arredores mas os transportes aterrorizam-na e eu acabei por aceitar e ser eu a ter que me adaptar ela está nas quintas dela. Mas não adianta discutir sobre isso, é o que é.”* (C10_m) também uma estratégia utilizada para por termo ao conflito, na medida em que os cônjuges colocam o bem-estar do parceiro e da relação acima dos interesses pessoais imediatos.

No que diz respeito ao **apoio social e comunitário** encontrado no país de acolhimento, destes participantes, é composta na generalidade pela família directa ou extensa a residir em França, como sendo a principal fonte de apoio, sobretudo têm funções a nível instrumental na prestação de bens materiais e informação, que se revela ser essencial numa fase inicial de adaptação *“Foi o meu primo e o prima dela que estão casados e que nos deram casa, e eu tenho família que trabalha na construção que começou a passar o meu contacto”* (C1_m), e não substituindo, no entanto, outro tipo de apoios a nível comunitário, nomeadamente, as ajudas do Estado Francês, na prestação de apoios financeiros *“O meu maior problema foi não poder trabalhar por causa do meu filho pequeno e no inicio nem apoios do estado tinha... mas pronto tudo vai com o tempo.”* (C11_f), ou outras entidades da comunidade na qual estão inseridos como, as associações culturais *“... o rancho psicologicamente é muito importante para sentir as raízes e é um escape para o meu dia-a-dia.”* (C3_m), o trabalho ou escola dos filhos *“No primeiro ano estava muito sozinha e custou-me muito, mas agora estou perto da escola e já começo a conhecer as pessoas, passo a tarde no parque com os mais pequenos...”* (C11_f), que são apoio não só a nível funcional, mas sobretudo por serem um espaço de encontro social que permitem aos indivíduos começar a criar a sua própria rede de suporte social fora do contexto conjugal.

Relativamente à exploração das **expectativas para o futuro**, a principal expectativa é continuar esta cooperação para atingir os objectivos pretendidos (*“Pior não pode ficar, por isso só pode melhorar... e acho que vamos conseguir, mas mais devagar do que eu pensava, organizar a nossa vida.”* – C2_f; *“... temos que ser um para o outro, os filhos já tem a vida deles, tu vais olhar por mim e eu por ti...”* – C3_m; *“Estarmos unidos, se o mais difícil já passou vamos continuar.”* – C6_f), sobretudo o de estabilidade financeira, que permita o investimento conjunto em projectos futuros, tais como, ter mais filhos, a educação dos filhos, adquirir melhores condições de vida e profissionais, preparar para a reforma, retornar a Portugal, férias em conjunto, além de que é expectado poder desfrutar mais desta vivência conjunta (*“Que eu e o meu marido sejamos muito felizes, ter mais dinheiro e possibilidade de aproveitar mais...”* – C11_f).

Finalmente, lançando um olhar retrospectivo sobre a vivência da relação, no diz respeito aos momentos mais intensos, é desde logo saliente, aquando de uma **apreciação global**, como as referências aos períodos mais intensos da relação coincidem com as fases de mudança nas circunstâncias de vida e suas vicissitudes, ora positivas, ora mais complicadas de lidar para os sujeitos (*“Todos os anos são intensos, casa-se, muda-se de vida, depois vem os filhos, depois é o trabalho, depois a vida não corre como a gente quer...”* – C3_f). Sobressaindo, assim como característica fundamental, destes casais, que até ao momento se encontram juntos, apesar de todas as mudanças, uma capacidade de adaptação às circunstâncias e às mudanças nas suas vidas. Emergindo destes testemunhos como factores fundamentais a sustentar a intensidade referida durante esses altos e baixos na vida dos indivíduos: a partilha de emoções positivas e de momentos e actividades prazerosas em conjunto, sobretudo numa fase inicial da relação (*“As melhores memórias são as do início, podíamos sair, divertir-nos, depois com a continuação estamos bem, mas é diferente...”* – C1_f; *“Foi a nossa lua de mel na Espanha, só estávamos os dois, havia muito amor, e a partir daí nunca mais estivemos sozinhos...”* – C5_f), a concretização de objectivos e sonhos em conjunto (*“São os primeiros anos de casados, porque eu um dia se pensei em casar foi porque queria ter essa pessoa, fazer uma vida com essa pessoa, os primeiros anos de intenso amor, e de tanto querer ter esse alguém, que se casa”* – C3_m”; *“Quando tive os meninos e de nos ter saído este trabalho, porque assim posso tomar conta dos garotos e passo mais tempo com eles”*... C4_f; *“O nascimento da primeira filha porque é um sonho tornado realidade e estávamos os dois felizes”* – C11_f). Mas se a intensidade foi frequentemente abordada fazendo referência as primeiras fases da relação ou do casamento, é igualmente, saliente como a proximidade emocional e o suporte mutuo

para fazer face as circunstâncias de vida são factores mais salientes, ao nível da intensidade, nos anos subsequentes e ao longo da relação (*“Virmos para cá porque foi uma decisão nossa... uma mudança implica sempre uma adaptação e eu podia não me ter adaptado bem aqui e isso ia afectar o casal... eu sei que se eu não estou, que ele resolve o problema e dà a volta... há pessoas que não são assim, nos enfrentamos as coisas...”* - C2_f; *“Ele chorava e nem me dizia... trabalhava aos domingos e nunca estava comigo... tivemos que os dois fazer muitos sacrifícios um de cada lado para levar as coisas para a frente”*- C4_f; *“Acho que os momentos mais intensos são agora porque temos mais tempo e disponibilidade um para o outro... mas ela sempre me apoiou muito e isso é muito importante para mim, quando a minha mãe faleceu demonstraram muita entrega e amor da parte dela”*- C8_m; *“Recentemente foi o acidente do Rui (filho) que exigiu muito de nos, foi complicado financeiramente e emocionalmente de gerir... principalmente para ela que a deitou muito a baixo e essa é a razão principal por estar aqui a apoia-la e aceitar tudo isto”*C10_m; *“Foi os meus 25 anos de casada, foi a minha vida entregue a ele...”* C6_f). Sendo consensual com a literatura que aponta a intimidade desenvolvida ao longo de uma história de vida partilhada, que pelo valor que lhe é atribuído pelos casais e influencia na satisfação conjugal é um dos factores mais importantes na qualidade e longevidade da relação (Halford, K. & Markman, H., 1997).

CONCLUSÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como resultado do presente trabalho obtiveram-se várias conclusões, desde logo, a respeito desta transição, conclui-se que a despoletar esta transição está uma circunstância de dificuldade financeira que surge na vida destes casais, mobilizando-se a procurar melhores condições de vida e a prosseguir seus projectos de vida em conjunto, fazendo para isso usufruto das oportunidades de trabalho e a rede social de apoio disponíveis no estrangeiro. Sendo a decisão pela emigração do casal um processo gradual e, progressivamente partilhada entre ambos.

Pelo facto de irem emigrar os indivíduos esperam encontrar nas suas relações apoio, partilha, compreensão, respeito mútuos e colaboração na persecução dos objectivos, pelo que, a emigração de casais é expectada como sendo um projecto a dois. Percebeu-se que quer para a relação, quer para o cônjuge ou para si próprio as expectativas se vêm correspondidas ou superadas. Verificando-se que nas expectativas em relação ao parceiro, sobretudo da parte do género feminino há uma percepção de maior disponibilidade e em relação ao género masculino de valorização do apoio recebido. Mostrando como a intimidade mesmo sentida de forma diferente por homens e mulheres, é experienciada por ambos os géneros como sendo intimidade e proximidade e, neste processo internacional parece que intimidade gera intimidade. Pelo que, se um dos objectivos visava compreender qual o impacto da emigração na relação conjugal, no que diz respeito à intimidade, pode concluir-se que parece haver um aumento na intensidade da união e da proximidade entre os parceiros. No entanto interessava-nos, igualmente, aprofundar o “como” decorre este processo de mudança relacional no contexto desta transição e população específicas, isto é, quais as mudanças (externas e internas à relação) percebidas como tendo influência e os ajustamentos conjugais.

Neste âmbito pode concluir-se que, ao nível das mudanças pós migratórias mais difíceis, a fase inicial é para a generalidade dos indivíduos gerador de muito *stress* e frustração, sobretudo pelas mudanças de condições de habitação e condições de vida, pelas mudanças profissionais e pela aprendizagem da língua, assim como, pela perda de relações sociais significativas. Sendo que a estabilidade financeira atingida é considerada como a mudança mais recompensadora e geradora de bem-estar.

Conclui-se ainda, que as mudanças que parecem ter maior impacto na relação conjugal, são a perda de rede de suporte, a estabilidade financeira e a necessidade de resolver problemas em conjunto, sendo geradoras de forte proximidade emocional e

confiança. Estes factores parecem ter um impacto positivo na relação conjugal, na medida, que resultam numa maior partilha de tempo, actividades e apoio entre os cônjuges e, mudança na comunicação conjugal, nomeadamente, pela percepção de maior disponibilidade para o outro, maior valorização e confiança no contributo e colaboração do parceiro.

Se a emigração parece ter impacto na relação conjugal, também as referidas mudanças na vivência conjugal desta transição parecem influenciar a experiência da emigração pelos indivíduos e suas relações. Concluiu-se que, de facto, neste contexto de vulnerabilidade em que relação se assume um pilar fundamental para os indivíduos, é através do suporte emocional e instrumental, partilha e compreensão mútua, interdependência para lidar com as dificuldades e atingir os objectivos, isto é, sobretudo pela intimidade gerada que esse papel se concretiza, assumindo-se estas como sendo as dimensões mais valorizadas pelos indivíduos, com importância não só ao nível do bem-estar, como, no reforço da relação.

Outra questão que se colocava estava relacionada com o impacto da emigração nos conflitos. Concluindo-se que emigrar em casal acarreta, igualmente, alguns desafios e implica uma fase de ajustamento, visto tratar-se de uma fase de muitas e “radicais” mudanças na vida dos indivíduos, indicativo da necessidade de adaptação das relações conjugais às diferentes circunstâncias de vida (Halford, & Markman, 1997), sobretudo, numa fase inicial em que os parceiros estão sujeitos a múltiplas exigências e falta de apoios, e se vêem confrontados a depender completamente um do outro e, em terem que gerir decisões, recursos, necessidades tão somente. Ainda que depois todos apontem para uma diminuição do conflito.

Ao nível das principais fontes de conflito a par com as famílias de origem, grupo de pares, ciúmes, sobressaem, sobretudo, as dificuldades financeiras, tema que se mantém numa fase inicial pós migratória, assim como, a educação dos filhos e as características pessoais, o que vai de encontro à literatura neste domínio (Esere, 2003). Numa fase pós migratória emergem, mais frequentemente, temas relacionados com as relações extra-familiares, nomeadamente, as actividades sociais e tempos de lazer e as diferentes formas de aculturação individuais. Também de encontro à investigação actual (Fincham *et al.*, 2003, Bodemann *et al.*, 2005, Lerdermann *et al.*, 2010), relativamente as estratégias utilizadas, regista-se, alterações ao nível da qualidade da comunicação, o padrão exigência-retirada ou ataque-evitamento acentuado numa fase de *stress* de dificuldades financeiras e,

numa fase inicial pós-migratória, que se vê posteriormente menos saliente, dando lugar a uma comunicação construtiva.

Assim, este estudo não poderia estar completo, sem compreender o uso que os casais fizeram dos seus recursos sociais, e neste âmbito conclui-se que apesar dos reduzidos recursos, as relações familiares no país de destino são um recurso fundamental numa fase inicial, sobretudo a nível instrumental, sendo que posteriormente, outros recursos comunitários vão sendo utilizados, no sentido de alargar a rede social. Sobressaindo, no entanto, a percepção de falta de suporte.

Ainda assim, as expectativas para o futuro são continuar esta colaboração e partilha com vista à felicidade e bem-estar, pela concretização dos seus objectivos, assim como, poderem usufruir desta felicidade em conjunto.

Por fim, pode concluir-se que na base destas vivências esta a intimidade desenvolvida ao longo de uma vida, como sendo o alicerce da relação, quer pelo valor que tem para os indivíduos, como, para a manutenção das relações. Pelo que se estas histórias de vida são marcadas por boas e menos boas fases de vida, não são as circunstâncias que fazem uma relação. Ao longo do percurso de vida destes participantes, resultante dos anos de convivência em conjunto, há uma consciência da necessidade de adaptação às circunstâncias e um ao outro, emergindo a partilha de emoções e actividades prazerosas, a concretização de projectos e sonhos em conjunto e, a proximidade emocional e o apoio mutuo para fazer face as dificuldades, como os momentos mais intensos a nível relacional.

Sendo com esta mistura de sentimentos que terminavam as entrevistas, numa mistura de choro e sorrisos, de esperança e perda, por um lado a consciência de que a vida é uma constante metamorfose e por outro um lembrar de que o lugar onde pertencemos, não é um país ou um estatuto, mas um lugar mais amplo e genuíno: a intimidade relacional, o amor.

Limitações e investigação futura

A organização do guião da entrevista em momentos temporais, havendo uma primeira parte dedicada à exploração da vivência antes da emigração e uma segunda à pós migração, pode ter representado, por vezes, dificuldades para os participantes, que tinham facilmente a tendência para relatar o momento mais recente, sobretudo naqueles participantes que pela carga emocional das experiências que estavam a passar sentiam necessidade de contar as suas dificuldades. Contudo procurou-se ser flexível na sequência

das questões, por vezes, acompanhando a espontaneidade das narrativas, pois não era objectivo aceder à verdade histórica, mas à verdade interpretativa das pessoas.

No que concerne à selecção dos participantes, dada a escassez de estudos neste domínio, pretendia-se obter resultados gerais para esta população, não se limitando a amostra, no entanto, seria interessante em estudos futuros diferenciar algumas questões, nomeadamente, explorar casais com mais tempo de emigração e perceber eventuais metamorfoses na intimidade. O facto de estas mudanças tenham um impacto positivo na relação conjugal, não significa pois que a longo prazo a satisfação ou a intimidade se mantenham, sendo importante avaliar a evolução destes padrões relacionais. De facto, verificando que nesta amostra se regista uma escassez de recursos, numa fase inicial, será interessante explorar a evolução das relações extra-familiares e a integração dos indivíduos e do casal na sociedade e comunidade em que vivem, pois apesar de não haver grandes diferenças culturais, não há estudos actuais neste domínio. E em parte relacionado com esta situação de integração do casal está a questão da parentalidade em casais migrantes que é um dos pontos mais referidos na literatura sobre migração, como merecendo a nossa atenção, na medida em que se verifica uma grande diferença na aculturação do sub-sistema parental relativamente aos filhos, levando muitas vezes a conflitos, o que do ponto de vista sistémico, pode esta situação resultar em parte das estratégias de protecção do casal numa fase inicial mas que em dado momento do ciclo familiar podem ser menos adaptativas.

É crença popular que muitos casais quando emigram se divorciam, não sendo o objectivo deste trabalho, seria interessante em estudos futuros abordar, directamente, estas questões com a população portuguesa.

Implicações práticas

Tendo em conta as mudanças socioeconómicas mundiais actuais verifica-se uma necessidade em aprofundar e identificar os processos psicossociais envolvidos no fenómeno da migração. A psicologia tem um papel importante a desempenhar, nomeadamente, na compreensão da ligação existente entre os ecossistemas pré-emigratórios e pós-emigratórios, desenvolvendo serviços preventivos e terapêuticos que ajudem as famílias emigrantes na adaptação à comunidade de acolhimento, contribuindo para a promoção de uma maior harmonia a nível comunitário e social (Hong, 2003). Estando estas questões ligadas aos contextos específicos, neste caso, apesar de não se

verificar, questões de aculturação verificaram-se uma série de outros factores de adaptação sobretudo relacionado com dificuldades financeiras e todas as mudanças que imigrar implica, questões de habitação, trabalho, recursos sociais, que parecem sobretudo numa fase inicial ser factores de risco ou protecção para estes casais, pelo que como psicólogos devemos procurar compreender, aprofundar e ser empáticos com impacto destas mudanças no funcionamento conjugal e familiar.

A nível do sub-sistema conjugal a emergência do *stress* e conflito pode ser acentuado sobretudo numa fase inicial, pois os membros do casal encontram-se sob grande pressão e a depender muito um do outro, com pouca rede social. No entanto verifica-se também uma capacidade de resiliência nestes casais e, estratégias como a partilha, compreensão mútua, apoio e interajuda do cônjuge e uma comunicação construtiva na resolução dos conflitos e dificuldades são essências na adaptação às circunstâncias e à manutenção da intimidade ao longo desta transição. Assim, como psicólogos devemos ser sensíveis à complexidade no processo de adaptação à emigração, às dificuldades ou conflitos que os casais podem encontrar e saber igualmente ajudar a mobilizar estratégias de adaptação.

- Aboim, S. (2006). *Conjugalidades em mudança: percursos e dinâmicas da vida a dois*. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.
- Acevedo, B. P. & Aron, A. (2009). Does a long-term relationship kill romantic love? *Review of General Psychology*, 13(1), 59-65.
- Acitelli, L., Kenny, D., Weiner, D. (2001). The importance of similarity and understanding of partners marital ideals to relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 8, 167-185.
- Alarcão, M. (2006). *(Des)Equilíbrios Familiares*. Coimbra: Quarteto.
- Almeida, S.L., & Freire, T. (2007). *Metodologia da Investigação em Psicologia e Educação (4ª Edição)*. Braga: Psiquilíbrios.
- American Psychological Association, Presidential Task Force on Immigration. (2012). *Crossroads: The psychology of immigration in the new century*. Retrieved from <http://www.apa.org/topics/immigration/report.aspx>
- Anderson, M., Goodman, J., Scholssberg N. (2012). *Counseling adults in transitions*. Springer Publishing Company.
- Aron, A., McLaughlin-Volpe, T., Mashek, D., Lewandowski, G., Wright, S. C., & Aron, E. N. (2004). Including others in the self. *European Review of Social Psychology*, 15(1), 101-132.
- Ataca B, Berry J.W. (2002). Psychological, sociocultural, and marital adaptation of Turkish immigrants couples in Canada. *International Journal of Psychology*, 37(1), 13-26.
- Bardin, L. (2009). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation and adaptation. *Applied Pshychology: na International Rewiew*, 46 (1), 5-68.
- Bertoni, A. & Bodenmann, G. (2010). Satisfied and Dissatisfied Couples Positive and Negative Dimensions, Conflict Styles, and Relationships With Family of Origin. *European Psychologist*, 15(3), 175 – 184.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. In T.A. Reverson, K. Kayser, & G. Bodenmann (Eds), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping (33-50)*. Washington DC: American Psychological Association.

- Bonds-Raacke, J. M., Bearden, E. S., Carriere, N. J., Anderson, E. M. & Nicks, S. D. (2001). Engaging distortions: Are we idealizing marriage? *The Journal of Psychology*, 135(2), 179-184.
- Broucke, S.; Vandereycken, W. & Vertommen, H. (1995). Marital Intimacy: Conceptualization and Assessment. *Clinical Psychology Review*, 15 (8), 217 – 233.
- Carels, R., Baucom, D., (1999). Support in marriage: factors associated with on-line perceptions of support helpfulness. *Journal of Family Psychology*, 13, 131-144.
- Carrère, S., Buehlman, K.T., Gottman, J.M., Coan, J.A. & Ruckstuhl, L. (2000). Predicting marital stability and divorce in newlywed couples. *Journal of Marriage and the Family*, 14(1), 42-58.
- Cassidy, J. (2001). Truth, Lies and Intimacy: Attachment Perspective. *Attachment & Human Development*, 3 (2), 121 – 155.
- Chapman, G.D. (2007). Solving conflicts without arguing. *Marriage Partnership*, 24 (2), 17.
- Chapman, G.D. (2007). Solving conflicts without arguing. *Marriage Partnership*, 24 (2), 17.
- Cheung, M. (2008). Resilience of older immigrant couples: long term marital satisfaction as a protective factor. *Journal of Couples and Relationship Therapy*, 7(1), 19-38
- Clark, M. S., & Reis, H. T. (1988). Interpersonal processes in close relationships. *Annual Review of Psychology*, 39, 609-672.
- Collins, N., Miller, L. (1994). Self-disclosure and liking: a meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 116, 457-475.
- Coontz, S. (2007). The origins of modern divorce. *Family Process*. 46 (1). 7-16.
- Cordova, J.; Gee, C. & Warren, L. (2005). Emotional Skillfulness in Marriage: Intimacy as a Mediator of the Relationship Between Emotional Skillfulness and Marital Satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24 (2), 218 – 235
- Costa, M. E. (1994). Divórcio, monoparentalidade e recasamento. *Intervenção psicológica em transições familiares*. Cap 2. Porto Asa.
- Costa, M. E. (2005). *À procura da intimidade*. Porto: Edições ASA.
- Costa, M.E. (2011). Sexualidade e intimidade no sistema conjugal: uma abordagem integrativa. In P. M. Matos, C. Duarte, & M. E. Costa, *Famílias: questões de desenvolvimento e intervenção* (pp. 59-80). Porto: Livpsic.
- Cowan, P.A. & Hetherington, M. (1991). *Family Transitions*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates
- Cox, M., Paley, B. (1997). Families as systems. *Annual Review Psychology*, 48, 243-67.

- Crespo, C.; Narciso, I.; Ribeiro, M. & Costa, M. (2006). Desenvolvimento da Escala de Dimensões da Intimidade: primeiro estudo empírico. *Psychologica*, 41, 45 – 63
- Cupach, W. R. (2000). Advancing understanding about relational conflict. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(4-5), 697-703.
- Cutrona, C. E. (1996). *Social support in couples: Marriage as a resource in times of stress*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.
- Dehle, C., Larsen, D., & Landers, J. E. (2001). Social support in marriage. *American Journal of Family Therapy*, 29, 307–324.
- Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. (1998). *Strategies of qualitative inquiry*. Sage Publications.
- Donati, P. (2011). Family transitions in a morphogenetic society: how can we treat them? *Rivisti di studi familiari*, 1.
- Driver, J. & Gottman, J. (2004). Daily Marital Interactions and Positive Affect During Marital Conflict Among Newlywed Couples. *Family Process*, 43 (3), 301 – 314.
- Duarte, C. (2005). *Percepções de conflito e violência conjugal*. Tese de Doutoramento em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto.
- Duarte, C. (2011). Conflito e Violência nas Relações Conjugais: uma Perspetiva Sistémica. In P. Matos, C. Duarte & M. (Coords.). *Famílias: Questões de Desenvolvimento e Intervenção*, (pp. 103 – 123). Porto: LivPsic.
- Elhaili, S., Lasry, J.C. (1998). Conjugal power, sexual roles and marital satisfaction among immigrant couples in Montreal. *Revue Quebecoise de Psychologie*. 19(3), 233-250.
- Eryilmaz, A. & Atak, H. (2011). Investigation of Starting Romantic Intimacy in Emerging Adulthood in terms of Self-Esteem, Gender and Gender Roles. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 11 (2), 595 – 600.
- Esere, M. O. (2003). Resolving conflicts in marriages: A counsellor's viewpoint. *Journal of Education*, 22(1), 26-41.
- Esere, M.O. (2003). Resolving conflicts in marriages: A Counsellor's Viewpoint. *Ilorin Journal of Education*, 22(1), 26-41.
- Falconier, M., Nussbeck, F., Bodenmann, G. (2013). Immigration stress and relationship satisfaction in latino couples: the role of dyadic coping. *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 32, No. 8, 2013, pp. 813-843
- Falicov, C. J. (2007). Working with transnational immigrants: expanding meanings of family, community and culture. *Family Process*, 46, 157-171.

- Faulkner, R. A., Davey, M. & Davey, A. (2005). Gender-related predictors of change in marital satisfaction and marital conflict. *The American Journal of Family Therapy*, 33, 61-83.
- Feeney, J.A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9, 39-55.
- Fincham, F. D. (2003). Marital conflict: Correlates, Structure and Context. *American Psychological Society*, 12, 23-27.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H. & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 72-81.
- Fincham, F., Stanley, S.M., Beach, S. (2007). Transformative processes in marriage: An analysis of emerging trends. *Journal of Marriage and Family*, 69(2), 275-292.
- Fletcher, G. J. O. & Simpson, J. A. (2000). Ideal standards in close relationships: Their structure and functions. *Current Directions in Psychological Science*, 9(3), 102-105.
- Fletcher, G. J. O. (2002). *The new science of intimate relationships*. USA: Blackwell Publishers.
- Fletcher, G.J.O., Simpson, J.A., Thomas, G., & Giles, L. (1999). Ideals in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 72-89.
- Fonseca, S. (2011). *Do Namoro ao Casamento: Histórias que se Constroem – Exploração de Significados, expectativas, Conflito e Amor*. (Tese de Mestrado). Porto: Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Garascia, T. (2009). Communicating Intimacy in Marriage. *Human Development*, 30 (4), 14 - 18
- Giddens, A. (1996). *As transformações da Intimidade. Sexualidade, Amor e Erotismo nas Sociedades Modernas*. Oreiras: Celta.
- Gottman, J. (1999). *The marriage clinic*. W. W. Norton & Company, Inc. New York.
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2002). Marital researcher in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process*, 41 (2), 159-197.
- Gottman, J.M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction. A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 1, 6-15.
- Greeff, A.P. & Bruyne, T. (2000). Conflict management Style and marital Satisfaction. *Journal of Sex Marital Therapy*, 26(4), 321-334.

- Grzywacz, J. G., Quandt, S. A., Arcury, T. A., & Marín, A. (2005). The work-family challenge and mental health: Experiences of Mexican immigrants. *Community, Work & Family*, 8, 271-279.
- Guruge, S., Shipark, K. R., Hyman, I., Zanchetta, M., Gastaldo, D., Sidani, S. (2010). A Meta-synthesis of post-migration changes in marital relationships in Canada. *Canadian Journal of Public Health*; 101(4), 327-31
- Halford, W. K., Kelly, A. & Markman, H. J. (1997). The concept of a healthy marriage. In W. K. Halford & H. J. Markman (Eds.), *Clinical handbook of marriage and couples intervention*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd. Jares, X. R. (2002).
- Hartman, M., Hartman, H., (1986) International migration and household conflict. *Journal of Comparative family Studies*. 17(1), 131-138.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Heller, P. E. & Wood, B. (1998). The process of intimacy: Similarity, understanding and gender. *Journal of Marital and Family Therapy*, 24(3), 273-288.
- Hinchliff, S. & Gott, M. (2004). Intimacy, commitment, and adaptation: Sexual relationships within long-term marriages. *Journal of Social and Personality Relationships*, 21(5), 595-608.
- Hong, G. (2003). Psychological services for immigrant families: systemic considerations. *The Family Psychologist*, 19 (1).
- Howe, F. (2002). The Value of Intimate Relationships and the Challenge of Conflict. *Journal of Invitational Theory and Practice*, 8, 15 – 26.
- Hyman, I., Guruge, S., Manson, R. (2008) The impact of migration on marital relationships: a study of Ethiopian immigrants in Toronto. *Journal of Comparative Family Studies*; 39(2), 149-63.
- Juvva, S. & Bhatti, R. S. (2006). Epigenetic model of marital expectations. *Contemporary Family Therapy*, 28(1), 61-72.
- Kelmer G., Rhoades, G., Stanleys, S. Markman, H. (2013). Relationship quality, commitment, and stability long distance relationships. *Family Process*, 52, 257-270.
- Kiecolt-Glaser, J. K. & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127(4), 472-503.
- Laurenceau, J., Belcher, A., Graber, E., Cohen, L., Dasch, K., Siegel, S. (2011). Daily support in couples coping with early stage breast cancer : maintaining intimacy during adversity. *Health Psychology*, 30 (6), 665-673.

- Laurenceau, J.; Rovine, M. & Barrett, L. (2005). The Interpersonal Process Model of Intimacy in Marriage: A Daily – Diary and Multilevel Modeling Approach. *Journal of Family Psychology*, 19 (2), 314 – 323.
- Laurenceau, J-P; Barrett, L. F. & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an Interpersonal Process: The Importance of Self-Disclosure, Partner Disclosure, and Perceived Partner Responsiveness in Interpersonal Exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1238-1251.
- Lederman, T., Bodenmann, Rudaz, M., Bradburry (2010). Stress, communications and marital quality in couples. *Family Relations*, 59 (4), 195 – 206.
- Lin, Y. & Raghurir, P. (2005). Gender Differences in Unrealistic Optimism about Marriage and Divorce: Are Men more Optimistic and Women more Realistic? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(2), 198-207.
- López, F. R., & Santacana, M. F. (2003). Evaluación psicológica entendida como processo. In M. F. Santacana (Coord.), *Evaluación psicológica* (p. 5-43). Barcelona: Editorial UOC.
- Maisel M., Gable S. (2009). The paradox of received social support. The importance of responsiveness. *Psychological Science*, 20 (8).
- Malik, N., Lindahl, K., (1998). Agresion and dominances: the roles of power and culture in domestic violence. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(4), 409-423.
- Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Ragan, E. P. & Whitton, S. W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 289-298.
- McNulty, J. & Russell, V. (2010). When “Negative” Behaviors Are Positive: A Contextual Analysis of the Long-Term Effects of Problem-Solving Behaviors on Changes in Relationship Satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98 (4), 587 – 604.
- Moss, B. & Schwebel, A. (1993). Romantic Relationships. Defining Intimacy in Romantic Relationships. *Family Relations*, 42, 31 – 37.
- Murray, S. L., Holmes, J. G. & Griffin, D. W. (1996). The self-fulfilling nature of positive illusions in romantic relationships: Love is not blind, but prescient. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(6), 1155-1180.
- Myers, D.G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55,56-67.
- Naidoo, J. C., Campbell, D. J. (1988). Canadian South Asian in transition: a dualistic view of live. *Journal of Comparative Family Studies*. 19 (2), 311-327.
- Narciso, I. & Ribeiro, M. T. (2009). *Olhares sobre a conjugalidade*. Lisboa: Coisas de Ler.

- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 134-148.
- Overall, N.; Fletcher, G.; Simpson, J. & Sibley, C. (2009). Regulating Partners in Intimate Relationships: The Costs and Benefits of Different Communication Strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96 (3), 620 – 639.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods* (3^a Ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Plessis, K. (2006). *Attachment and Conflict in Close Relationships: The Association of Attachment with Conflict Resolution Styles, Conflict Beliefs, Communication Accuracy and Relationship Satisfaction*. (Tese de Doutorado). Nova Zelândia: Universidade de Massey, Albany.
- Popovic, M. (2005). Intimacy and its Relevance in Human Functioning. *Sexual and Relationship Therapy*, 20 (1), 31 – 51 .
- Prager, K. (1995). *The Psychology of Intimacy*. (1995). New York: The Guildford Press.
- Relvas, A. P. (2004). *O ciclo vital da família – Perspetiva sistémica*. (3^a Ed). Porto: Biblioteca das Ciências do Homem, Edições Afrontamento.
- Report of APA presidential task force on immigration.
www.apa.org/topics/immigration/report.aspx
- Ridley, C.A., & Feldman, C.M. (2003). Female domestic violence toward male partners. Exploring conflict responses and outcomes. *Journal of Family Violence*, 18, 3, 157-170.
- Sanderson, C. A. & Karetsky, K. H. (2002). Intimacy goals and strategies of conflict resolution in dating relationships: A mediational analysis. *Journal of Social & Personal Relationships*, 19, 317-337.
- Sandhya, S. (2009). The Social Context of Marital Happiness in Urban Indian Couples: Interplay of Intimacy and Conflict. *Journal of Marital and Family Therapy*, 35 (1), 74–96.
- Shirpak K. R., Maticka-Tyndale E., Chinichian, M. (2011). Post migration changes in Iranian Immigrants couples relationships in Canada *Journal of Comparative Family Studies*; 42(6), 751-770.
- Skyler, J. & Bayer, C. (2010). Lesson Plan. Eight Spheres of Intimacy. *American Journal of Sexuality Education*, 5, 290 – 299.
- Storaasli, R.D., & Markman, H.J. (1990). Relationship problems in the early stages of marriage: A longitudinal investigation. *Journal of Family Psychology*, 4(1), 80-98.

Sullivan, K., Johnson, M., Pasch, L., Bradbury, L. (2010). Social support, problem solving, and longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98 (4), 631-644.

Tam, C. L. & Lim, S.G. (2008). A study of marital conflict on measures of social support and mental health problems. *Sunway Academic Journal*, 5, 97-111.

Verhofstadt, L. L., Buysse, A., Clercq, A. & Goodwin, R. (2005). Emotional arousal and negative affect in marital conflict: The influence of gender, conflict structure, and demand-withdrawal. *European Journal of Social Psychology*, 35, 449-467.

Weinberger, M.; Hofstein, Y. & Whitbourne, S. (2008). Intimacy in Young Adulthood as a Predictor of Divorce in Midlife. *Personal Relationships*, 15, 551 – 557.

Woodin, E. (2011). A Two-Dimensional Approach to Relationship Conflict: Meta-Analytic Findings. *Journal of Family Psychology*, 25 (3), 325 –335.

Wright, D. W., Simmons, L. A. & Campbell, K. (2007). Does a marriage ideal exist? Using Q-sort methodology to compare young adults and professional educators' views on healthy marriages. *Contemporary Family Therapy*, 29(4), 22.

Yakushko, O., Backhaus, A., Watson, M., Ngaruiya, K., & Gonzalez, J. (2008). Career development concerns of recent immigrants and refugees. *Journal of Career Development*, 34, 362-396.

ANEXOS

ANEXO 1. QUADRO CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES

Casais	Sexo	Idade	Nível escolarid.	Área profissional - Portugal	Área profissional - França	Tempo de casamento/ união de facto	Tempo de Imigração França
C1_f	F	39	12º Ano	Secretariado	Auxiliar de vida	4 anos	2 anos
C1_m	M	38	11º Ano	Empresarial canalizações	Canalizador		
C2_f	F	35	Licenciatura	Marketing	Limpezas	7 anos	2 anos
C2_m	M	37	12º Ano	Serigrafia	Construção Civil		
C3_f	F	45	6º Ano	Empresarial têxteis	Limpeza	28 anos	2 anos
C3_m	M	47	9º Ano	Empresarial têxteis	Condução de Pesados		
C4_f	F	28	12º Ano	Técnica de Contabilidade	Porteira e Limpezas	8 anos	6 anos
C4_m	M	30	12º Ano	Técnico de Aquecimentos	Técnico de aquecimentos		
C5_f	F	40	12º Ano	Limpezas	Porteira e limpezas	13 anos	3 anos
C5_m	M	39	12º Ano	Empregado de mesa restauração	Construção civil		
C6_f	F	52	9º Ano	Dona de Casa	Limpezas	29 anos	2 anos
C6_m	M	54	9º Ano	Empresarial construção civil	Empresarial construção civil		
C7_f	F	34	9º Ano	Empregada domestica	Restauração	6 anos	2 anos
C7_m	M	37	9º Ano	Restauração	Desempregado		
C8_f	F	34	Licenciatura	Marketing	Ama	12 anos	3 anos
C8_m	M	36	Licenciatura	Comercial	Condução de pesados		
C9_f	F	32	9º Ano	Empregada balcão	Ama	8 anos	3 anos
C9_m	M	31	9º Ano	Construção civil	Construção civil		
C10_f	F	52	12º Ano	Empresarial produtos jardinagem	Porteira e limpezas	28 anos	5 anos
C10_m	M	54	Licenciatura	Ensino e Empresarial Jardinagem	Porteiro		
C11_f	F	33	9º Ano	Empregada de balcão	Dona de casa	10 anos	2 anos
C11_m	M	38	6º Ano	Construção civil	Construção civil		

ANEXO 2. GUIÃO DA ENTREVISTA

DADOS DEMOGRÁFICOS

Nome-
Idade-
Sexo-
Nível de escolaridade-
Profissão Portugal / França-
Tempo de casamento/união de facto-
Tempo de emigração-

1. Quais os motivos pelos quais começaram a pensar emigrar?
2. Como decidiram avançar com essa decisão?
3. Antes de emigrarem, o que esperavam um do outro pelo facto de irem passar por esta transição na vossa vida?
4. Antes de emigrar, como eram os vossos desentendimentos? Quais eram os motivos que levavam aos mesmos? (frequência e temas)
5. Habitualmente, como é que os geriam e resolviam?
6. Como caracteriza a vossa relação? Pensa que houve mudanças na mesma com o facto de terem imigrado?
7. Sente que o que esperavam um do outro por emigrarem está a corresponder? Porquê?
 - 7.1.Sente que o seu marido corresponde ao que você esperava dele ou houve determinadas características ou comportamentos que mudaram depois de terem emigrado? Porquê?
 - 7.2.E você sente que corresponde ao que esperava de si própria nesta relação ou houve mudanças? Porquê?
8. Depois de emigrarem, os vossos desentendimentos alteraram-se? (emergência, temas gestão do conflito). Se sim, quais foram as razões?
9. Para si, quais os momentos mais intensos da vossa relação, até agora? Porquê?

10. Quais estão a ser, para si, as mudanças mais difíceis desta transição? Porquê? E as mudanças mais fáceis? Porquê?
11. Como é a sua relação com o seu companheiro a tem ajudado a si a lidar com esta transição?
12. Depois de emigrarem, quais são os apoios que têm tido e, de que forma esses apoios os têm ajudado?
13. Que expectativas têm para o vosso futuro?